

જાળીન ઉપસાર સાર-ગી  
૬૨૧૨

‘ નેચરોપથી ’ અથવા કુદરતી રોગોપચાર ગ્રંથમાળા.

ઔષધ ક્રિવા શસ્ત્રપ્રયોગ સિવાય રોગ મટાડવાનું

# નવીન ઉપચારશાસ્ત્ર

અને

વ્યાધિ માત્રના એકત્વ વિષેનો સિદ્ધાંત.

—અનુવાદક—

ડૉ. મહાદેવપ્રસાદ ભોગીલાલ કંથારીઆકર,

ઈ. એમ. ઈ., એન. ડી., (ન્યુયૉર્ક).

અમેરિકન ફોલોજ ઓફ નેચરોપથીના ગ્રેન્ટ્યુએટ; મેન્ચર ઓફ ધી નેચરોપેથીક

એસોસિએશન ઓફ અમેરિકા; ઓફીશીયલ જનરલ સેક્રેટરી ઓફ ધી

ઈડીપા સોસાયટી ઓફ નેચરોપાથ્સ; “નવજીવનાલય” આરોગ્ય મંદિરના

માલિક; “ક્ષયરોગ”, “તમાકુનું દુર્વ્યસન”, “મનુષ્યનો કુદરતી ખોરાક

કયો છે?”, “આરોગ્ય સાચવવાના ઉપાય” નામનો ગ્રંથ ૫૦

સોસાયટીનો ધનિમી નિર્બંધ લખનાર; આખા હિંદુસ્તાનની

હસ્તિકામિમાં “એડવાન્ડેજસ ઓફ વેજેટેરિયન ડાયેટ” નામના

નિર્બંધ માટે ધનિમ મેળવનાર પ્રત્યાદિ, પ્રત્યાદિ. અમહાવાદ.

પ્રસિદ્ધ કર્તા,

ભોગીલાલ ત્રિકમલાલ વડીલ.

મુ. વિસનગર.

આવૃત્તિ પહેલી.

ઈ. સ. ૧૯૧૬.

પ્રત ૫૦૦.

અમહાવાદ.

ધી “ટાયમ્સ ઓફ ઇન્ડિયા” પ્રિન્ટીંગ પ્રેસમાં

પરીખ જેવીલાલ જગનલાલે ગ્રાંથું.

ક્રિ.મ.ત. રા. ૧-૦-૦.

ક્ર : ૪૬

ગુજરાત વિદ્યાપીઠ ગ્રંથાલય  
અમદાવાદ  
અમદાવાદ, ગાંધીસર્કાર-અંગ્રહ  
૬૧૧૨

ગુજરાત વિદ્યાપીઠ ગ્રંથાલય

[ ગુજરાતી કે.પી.રા.અિટ વિભાગ ]

અનુક્રમાંક ૬૨૧૨ વર્ગિક

પુસ્તકનું નામ વલ્લભ ઉપરામ ૧૨૫૨૫૨૫૨૫૨

વિગય ઉટ : ૪ : ૬



## ઉપોદ્ધાત.

પ્રસ્તુત પુસ્તક ગુજરાતી ભાષામાં એક અગત્યનો ઉમેરો કરે છે. આજ વિષય ઉપર પૂર્વે અન્ય સંજ્ઞાનો તરફથી પ્રયત્નો થયેલા જે માટે તેમને ધન્યવાદ ધટે છે, પરંતુ કાંતો તે પુસ્તકો ટુંકા સારરૂપ ઘણાં નાનાં હતાં, અગર તો દેશી વિદેશી વૈદકના જ્ઞાન વગરનાઓથી ભાષાન્તર કરાયેલાં હતાં, તેમજ પોતે જે લખતા હતા તેના લાંબા જાતી અનુભવ વગરની માત્ર શ્રદ્ધાથી પ્રેરાઈ પ્રસિદ્ધ થયેલાં હતાં, વગેરે વગેરે કારણોને લીધે એક સારા અનુભવી અને દેશી ઇમેજ વૈદકના જાણકારને હાથે ગુજરાતી અનુવાદ રૂપે આ પુસ્તક ઘટતા ફેરફાર સહિત અને આ દેશમાંના દરદીઓ વિષેના અનુભવના ઉમેરા સાથે બહાર પાડવાની અતિ આવશ્યકતા હતી જે આ પુસ્તકથી પુરી પડશે એવી આશાથી પ્રસિદ્ધ કરવામાં આવે છે.

જેમ પૃથ્વીની સપાટીના યોગ્ય ભાગ પાણીથી ઢંકાયેલો છે તેવીજ રીતે મનુષ્યના શરીરનો ૭૫ થી ૮૦ ટકા ભાગ પાણીનો બનેલો હોય છે. મનુષ્ય શરીર અતિ સૂક્ષ્મ સૂક્ષ્મ જીવંદુઓનો એક સુવ્યવસ્થિત સમુહ છે, જેમાંના દરેક આજુ જળન્યર પ્રાણીઓની માફક પ્રાણીમાંજ જીવન ગાળે છે. પાણી વગર જેમ માછલી જીવી શકતી નથી તેમ આપણા શરીરનાં આજુઓ પણ પાણી વિના જીવી શકે નહિ. આપણા શરીરનાં પ્રત્યેક આજુ પ્રાણીમાંજ જન્મે છે, પ્રાણીમાંજ પોતાનો જીવન વ્યવહાર ચલાવે છે, અને પ્રાણીમાંજ વિલય પામે છે. શરીરના વિવિધ રસો અને પોષક દ્રવ્યો પાણીની મારફતજ સર્વ ભાગને પહોંચે છે. આપણાં શરીર તંદુરસ્ત અને જીવતાં રહેવા માટે રાત્રિ દિવસ અમુક પ્રમાણમાં (૯૮.૬ ડીગ્રી ફેરનહીટ) ગરમ રહ્યાજ કરવાં જોઈએ. આ ગરમી પણ લોહીના ફરવાથીજ જળવાઈ રહે છે, અને પાણીનું પ્રમાણ લોહીમાં બરાબર હોય ત્યારેજ સ્ફુર્તિથી લોહી શરીરમાં ફરી શકે છે. શરીરમાં ડેર ડેર ફરેલા-એકઠા થયેલા કચરાને ઓગાળી કે પોચો કરી કચરો કાઢી નાંખનાર મલોત્સર્ગક અવયવો તરફ તેમને ખેંચી જઈ શરીરને અંદરથી તેમજ બહારથી શુદ્ધ કરવાનું કામ પણ પાણીજ કરે છે, માટેજ મહારાજ મનુ ભગવાન પણ કહે છે કે:-**અઙ્ગીર્ગાત્રાણિ શુદ્ધંતિ મનઃ સત્યેન શુદ્ધયતિ**. “શરીર જળ વડે શુદ્ધ થાય છે, અને મન સત્ય વડે પવિત્ર બને છે.” જ્યાં મલીનતા ત્યાં રોગ, અને જ્યાં ચોક્ખાઈ કે પવિત્રતા ત્યાં આરોગ્ય અને આનંદ હોય છે, એ સર્વથી સ્વીકારાયેલો સિદ્ધાંત હોવાથી, તથા શરીરને અંદર બહાર નિર્મલ રાખવાનું સર્વોત્તમ સાધન જળ હોવાનું પૂર્વ તેમજ વર્તમાન કાળના અગ્રગણ્ય વિદ્વાનો સ્વીકારતા હોવાથી, આરોગ્યનાં પ્રાપ્તિ, પાલન અને વૃદ્ધિનું સર્વોત્તમ સાધન પાણીજ છે એમ સિદ્ધ થાય છે. આ બાબતમાં વેદકાળના આપણા ઋષિ પૂર્વજોનાં લખેલાં યોગ્ય પ્રમાણો અને આપણાં ઠીક થઈ પડશે. શ્રી ઋગ્વેદ સંહિતામાંથી થોડીક ઋચાઓ નીચે આપીએ છીએ:-

**અપ્સવં? તરમતપ્સુ મેષજમપામુત પ્રશસ્તયે । દેવા ભવત વાજિનઃ ॥ ૧૯ ॥**

**અપ્સુ મે સોમો અઙ્ગીર્દંતર્વિન્વાનિ મેષજા ।**

**અર્ધિ ચ વિન્ધર્ધં શુભમાપથ વિન્ધમેષજીઃ ॥ ૨૦ ॥**

**અપઃ પૃણીત મેષજં વરુણં તન્વે ર મમ । ય્યોક ચ સૂર્ય દદ્ધે ॥ ૨૧ ॥**

इदमापः प्र बहत यत्किं च दुरितं मयि ।

यद्वाहमभिदुद्रोह यद्वा शेष उतानृतं ॥ २२ ॥

ऋग्वेद મંડલ ૧ સૂક્ત ૨૩ ઋચા ૧૯-૨૨.

**ભાવાર્થ:**—“ જળમાં અમૃત રહેલું છે, અને તેજ પ્રમાણે જળમાં ઔષધિઓ પણ સમાયલી છે. માટે હે દેવાદિક દિવ્ય આત્માઓ ! તમે તે જળની પ્રશંસા કરવા માટે ઉત્સાહપૂર્ણ તત્પર રહો. (૧૯) પાણીની અંદર સર્વ ઔષધો સમાયલાં છે. તેજ પ્રમાણે સર્વ સ્થળે સુખકર એવો અગ્નિ જળને ઢેકાળે છે અને જળના સર્વ વ્યાપારજ વિશ્વને સુખકર છે એમ સોમદેવ મને કહેતા હતા. (૨૦) હે ઉદક જળદેવતા ! મારા શરીર સંરક્ષણાર્થે રોગનિવારક સાધનો પુરાં પાડો કે જેથી હું ચિરકાળ સૂર્યદર્શન કરવા સમર્થ થાઉં અર્થાત દીર્ઘાયુષી બનું. (૨૧) હે ઉદક ! જે કાંઈ અજ્ઞાનજન્ય કિલ્બિષ મારામાં હોય, અથવા જાણી નેધને મેં કાઢીને દ્રોહ કર્યો હોય કિંવા સજ્જનોની નિંદા અથવા અનૃત-અસત્ય બાપણુ કર્યું હોય તો તે સર્વ પાતકસમૂહ મારી પાસેથી દૂર કરો. (૨૨)”

आपो हि ह्य मयोभुवस्तान ऊर्जे दधातन । महे रणाय चक्षसे ॥ १ ॥

यो वः शिवतमो रसस्तस्य भाजयतेह नः । उशती रिब मातरः ॥ २ ॥

तस्मा अरं गमाम वो यस्य क्षयाय जिन्वथ । आपो जनयथा च नः ॥ ૩ ॥

શં નોદેવીરમિષ્ટ્ય આપો ભવંતુ પીતયે । શં યોરમિ સ્વંતુ નઃ ॥ ૪ ॥

ईशाना वार्याणां क्षयंतीश्चर्षणीना । आपो याचामि भेषजं ॥ ૫ ॥

ઋ. મંડલ ૧૦ સૂક્ત ૯ ઋચા ૧-૫.

**ભાવાર્થ:**—“ હે પાણી, તું સુખતું મળ છે. માટે અન્નપ્રાપ્તિને માટે અમને યોગ્ય અને શક્તિવાન બનાવ. તેમજ ઉત્તમ પ્રકારના જ્ઞાનને મેળવવા માટે પણ લાયક કર. જેમ માતા પોતાના બાળકને સ્તનપાન કરાવી સુખી કરે છે, તેમ પાણી મનુષ્યને પુષ્ટ કરે છે. (૧) હે ઉદક ! તમારો જે કલ્યાણકારક અને સુખદાયક એવો આ લોકમાં રસ છે તે સેવન કરવા માટે અમને આપો. જેમ માતા પોતાના બાળકને સ્તનરસ (ધાવણ) પીવા માટે આપે છે તેવી રીતે. (૨) હે જળ ! જે પાપ-રોગના નાશ માટે તમે આનંદથી તત્પર રહો છો તે પાપ-રોગના નાશ માટે અમે સત્વર તમારું શરણુ સ્વીકારીએ છીએ. હે ઉદક, અને અમને પુત્રપુત્રાદિકની ઉત્પત્તિ વડે જનસેવા કરવાના કાર્યમાં પ્રેરો. (૩) આ જળ અમને સુખકર અને વ્યાધિહર છે. તેમજ રોગને થતા અટકાવનાર પણ છે. થયેલા રોગોનું શમન કરવાનો, વ્યાધિને થતાજ અટકાવવાનો અને મનુષ્યને સુખી કરવાના ગુણ પાણીમાં છે. (૪) સાલી, સાતુ ઇત્યાદિ ધાન્ય પેદા કરનાર તથા મનુષ્યોની વસ્તી વધારનાર એવું જે જળ તે ઔષધજ છે, જે યથાયોગ્ય રીતે મને મળતું રહે એવી હું પ્રાર્થના કરું છું (૫).

પાશ્ચાત્ય દાકતરી કે તબીબી વિદ્યાના પિતા (“Father of Medicine”) તરીકે ગણાતા, અને ઇસ્વીસન પૂર્વે આશરે ૪૬૦ ની સાલમાં જન્મેલા, મહાન બિષગવ્યાર્થ હિપ્પોક્રેટીસ ( Hippocrates ) એમણે શરીરની સાજી તેમજ રોગી હાલતમાં પાણીના ઉપચારોથી થતા લાભો વિષે બહુ લખ્યું છે. તેઓ ખુબ્બી રીતે જણાવે છે કે “ ન્યુમેનિયા ” અથવા ફેફસાંના વરમ અને ત્રિદોષ સંબિધાત્મ જેવા રોગોમાં પાણીનો શરીરની અંદર અને

બહાર બુદ્ધિપૂર્વક ઉપયોગ કરવાથી પાંસળાઓમાં અને શરીરની બાજુઓમાં આવતું શળ મંદ પડે છે, છાતી અને વાંસાનો દુઃખાવો કમી થાય છે, કફ પાકીને બહાર નિકળે છે, શ્વાસલેવા મંદવાની ક્રિયા સરળ થાય છે, અને અશક્તિ ઓછી થાય છે. લાલ સુગ્રેહા દુઃખતા શરીરના સાંધાઓ ઉપર, સંધીવાત અને નબળાનાં દરદોમાં, તાણુ અને આંચકી વખતે, તેમજ હાડકું ખસી કે ઉતરી જવાથી, અગર ભાગી જવાથી બહુ વેદના થતી હોય ત્યારે દરદવાળા ભાગ પર ઠંડા પાણીની ધાર આરામ જણાતાં સુધી કરવાની સલાહ મહાન તખીય **હિપોક્રેટીસ** આપે છે.

**ઝેલેન** નામનો મહાન તખીય જેણે રોમના પ્રખ્યાત શહેનશાહ **આર્કસ ઓરેલીયસ** અને તેના લશ્કરનું ઈ. સ. ૧૬૯ માં મહામારીમાંથી રક્ષણ કર્યું હતું, અને પોતાના સમયનો જે મોટામાં મોટો શારીરશાસ્ત્રી (Anatomist) ગણાય છે, તે પોતાના સર્વે ઉપચારોમાં પાણીને ઉંચામાં ઉંચું સ્થાન આપે છે. તે લ'બાણુ વિવેચનથી જણાવે છે કે, ટાઢું પાણી રક્તાન્નાવને બંધ કરે છે, અને બંધકાશ મટાડે છે, સખત સતત જ્વરની ગરમી ઓછી કરી તેનો આખરે નાશ કરે છે, ગરમ અને ઠંડા પાણીનાં વારાફરતી સ્નાન કરવાથી અને તેવાજ પાણીનો પીવામાં ઉપયોગ કરવાથી કોલેરા, આંખનો ઝામર, અને મેદવદ્ધિ મટે છે.

**સેલ્સસ** (Celsus) નામનો મહાન તખીય અંથકાર જે શહેનશાહ **ઓગસ્ટસ** અને ટાઇબેરિયસના વખતમાં થઈ ગયો અને જેણે “ડી મેડિસિના” નામનો મોટો વૈદક ગ્રંથ આઠ ભાગમાં લખ્યો છે, તે માથાનાં દરદોમાં ગરમીથી પરસેવો લાવીને પછી તાઢા પાણીથી સ્નાન કરવાની તથા માથા પર ટાઢું પાણી ખાસ વધારે પ્રમાણમાં રેડવાની ભલામણ કરે છે. અર્ધ અથવા મસા, હીસ્ટીરીયા, હડકવાનાં દરદો, તેમજ મૂત્રપિંડના વ્યાધિઓમાં પાણીના ઉપચારોની અકસીરતા તે વર્ણવે છે.

**એસ્કલેપિએડીસ** નામનો પ્રખ્યાત તખીય જેણે મહાન શહેનશાહ **ખામ્પીના** વખતમાં ઇસ્વીસન પૂર્વે એક સૈંકા પહેલાં રોમ શહેરમાં ડોક્ટર તરીકે કીર્તિ મેળવી હતી તે વરસાદની માફક પાણીનો કુવારો દરદીના શરીર પર છોડી તેવા સ્નાનથી ઘણાં દરદો મટાડતો હતો. સ્વપ્નમાં ધાતુપાત થવાના રોગમાં અને ખાટા ઓડકાર આવવાના વ્યાધિમાં ટાઢું પાણી ખૂબ પીવાની તથા સ્નાન કરવામાં વાપરવાની તે ભલામણ કરે છે.

**બુ-અલી-સીના** જેને ખ્રીસ્તી લોકો **અવીસેન્ના** એ નામથી ઓળખે છે તે મોટામાં મોટો અરબી હકીમ ઈ. સ. ૧૮૦ માં **બોખારા** શહેરમાં જન્મ્યો હતો. સુલ્તાનના શાહ-જાદાને તેણે સાબો કરી વઝીરપદ મેળવ્યું હતું. હકીમી વિદ્યા વિષે તેણે મોટા મોટા ગ્રંથો લખ્યા છે જેમાંનો “કાનૂન” નામનો ગ્રંથ પાંચ ભાગમાં છે. આ ગ્રંથ એટલો બધો સારો છે કે જેથી યુરોપની સર્વે મુખ્ય તખીયી પાઠશાળાઓમાં તે ઘણાક જમાનાઓ સુધી ખાસ અભ્યાસના પુસ્તક તરીકે વપરાતો હતો; “શેઈખ રહસ” એટલે હકીમોના રાજનો ઇલકાબ મેળવનાર આ મહાન તખીય શ્વાસ અથવા દમ અને જળોદરમાં પાણીના ઉપચારો બહુજ અકસીર રીતે લાભ આપે છે એમ તે બાર મૂકીને જણાવે છે.

**હાલ્ડેમેન** નામનો મહાન તખીય જે ઈ. સ. ૧૬૬૦ માં જન્મ્યો હતો, અને મુશી-યામાં આવેલ હાલે (Halle) યુનીવર્સિટીમાં તખીયી પ્રોફેસર તરીકે ઘણાં વર્ષ સુધી જેણે કામ કર્યું હતું અને કેટલાક વૈદકીય ગ્રંથો લખ્યા છે તે નીચે પ્રમાણે લખે છે:—

“We assert that water is a remedy suited to all persons, at all times; that there is no better preservative from distempers;

that it is assuredly serviceable both in acute and chronic diseases; and, lastly, that its use *answers to all indications*, both of preservation and cure. **ભાવાર્થ:**—અમે ભાર મૂકીને જણાવીએ છીએ કે સર્વ સમયે અને સર્વ મનુષ્યોને માફક આવે એવો ઉપાય તે પાણી છે; રોગોમાંથી રક્ષણ કરનાર તેના કરતાં વધારે સારી કોઈ માત્રા નથી; આગતુંક તીવ્ર રોગો તેમજ જીર્ણ વ્યાધિઓમાં પાણી ખાત્રીપૂર્વક લાભદાયક નિવડે છે; અને છેવટે ખાસ ભાર મૂકીને જણાવીએ છીએ કે આરોગ્યસંરક્ષણ તેમજ વ્યાધિનિવારણ એ બંને માટેની દરેક જરૂરીયાતો પાણીના ઉપચારોથી પુરી પડે છે. ”

**બોઅરહાવ (Herman Boerhaave)** નામનો જગવિખ્યાત તબીબ જે ઈ.સ. ૧૬૬૮ માં જન્મ્યો હતો અને જે પોતાના જમાનાનો મોટામાં મોટો ડાક્ટર હતો, જેણે પેદદના ધધામાં કરોડો રૂપૈયા મેળવી પાછળ ત્રીસ લાખ રૂપૈયાની મિલકત મૂકી હતી, અને જેની સાથે માત્ર એ કલાક વાત કરવાનો લાગ મેળવવા માટે ઝાર પિટરને આખી રાત એક મોટમાં આ તબીબના ઘર સામે પડી રહેવું પડ્યું હતું તે લખે છે કે:—“ No remedy can more effectually secure health and prevent disease than pure water. **ભાવાર્થ:**—એકખા પાણીના કરતાં બીજે કોઈ પણ ઉપચાર વધારે સમજાણુ રીતે રોગનો અટકાવ અગર આરોગ્યની પ્રાપ્તિ કરી શકેજ નહિ. ”

**ફા બરનારડો** નામનો ઈટાલી દેશના સિસિલી ટાપુમાં અરાધમી સદીના આરંભમાં થઈ ગયેલ તબીબ, જેને “ શીતોદકવાળા વૈદરાજ ” ( Cold-water doctor ) નું ઉપનામ મળ્યું હતું તેણે ફેફસાંના વ્યાધિઓ, હૃદયના ફેફડાટનું દરદ, તાણ અને આંચકી, અસાંધ્ય અશ્મિમાંથ, સંધ્યેણી, જોડાદર, રક્તસ્રાવ, નજલો અને સંધિવાત, ઇત્યાદિ ઇત્યાદિ રોગો ધણીજ અકસીર અને આશ્ચર્યકારક રીતે પાણીના ઉપચારોથી મટાડી ધણીજ ખ્યાતિ મેળવી હતી.

**સંમાઇલોવીટઝ** નામના રશીયન તબીબે ઈ. સ. ૧૭૭૧ માં મોસ્કો શહેરમાં ચાલેલા મહાન પ્લેગ વખતે લાંબુના રસ જેવા ખાટા પદાર્થો મેળવેલા ખૂબ ટાઢા પાણી પાવાના અને શરીરે બરફનો ભૂકો ઘસવાના ઉપાયો વડે સેંકડો મનુષ્યના જીવ પ્લેગના પંજામાંથી બચાવીને ધણી કીર્તિ સંપાદન કરી હતી.

**જહાન રમીથ** નામના એક ઇંગ્રેજ તબીબે લગભગ દોઢસો વર્ષ ઉપર “ The Curiosities of Common Water. સાદા પાણીના અભયબી ગુણો ” નામનું પુસ્તક પ્રસિદ્ધ કર્યું હતું, જેમાં તે કાળના સર્વે રોગો પાણીના ઉપચારથી સમજાના મટી જાય જાય છે એ વાતની સાખીતીમાં સેંકડો પ્રમાણો આપ્યાં છે અને દાકતરી ધધામાં બહુ નામના મેળવી ગયેલ મેનવૉરિંગ, કીધલિ, પ્રેટ, ડંકન, ઇલીયટ, ઍલન, હૅરિસ, વાન હેઇડન, અને પીટ ઇત્યાદિ અનેક તબીબોના અભિપ્રાયો ટાંકી બતાવ્યા છે.

**હાર્વે, લાઉરેટ, કૉકસી, સૅક્ટોરિયસ, મારઝીએનો,** અને **આર્થર્** જેવા મશહુર દાકતરો અને તબીબી ફિલસૂફો નજલાથી દુઃખતા અને સુજી ગયેલા ભાગ પર ટાઢા પાણીના ઉપચારો કરવાની ભલામણ કરી ગયા છે એટલુંજ નહિ પણ તેનો ઉપયોગ દરદીઓ ઉપર તેઓ પોતે કરતા હતા.

**લૅરી ( Larrey )** જે ફ્રાન્સ દેશનો આજ સુધીમાં થયેલ મોટામાં મોટો શસ્ત્રવૈદ ( Operative surgeon ) હતો તે ધા ઉપર સાદા એકખા પાણીના પાટાજ બાંધતો.

**ડી હાહન** નામના જર્મન તબીબે સન ૧૭૩૭ માં બ્રેસ્લો શહેરમાં ચાલેલા ઉડતા તાવના મરજ વખતે દવા વાપરનારા બધા દાકતરો કરતાં પાણીના ઉપચારોથી વધારે મનુષ્યોને સાજાં કર્યા હતાં.

સ્ટર્મ ( Sturm ) નામના પોલેન્ડના એક સરજન ( શસ્ત્રવૈદ્ય ) દરદીથી પીવાય તેટલું ગરમ પાણી પાઇ, એટલે કે દર દશ કે પંદર મિનિટે એક પ્યાલો ગરમ પાણી પાઇ કોલેરાના દરદીઓને સાજા કરી શકાય છે એમ પોતાના અનુભવથી ખાત્રી આપી કહે છે.

ડૉક્ટર સર જહાન ફાખર્સ, એમ. ડી., ડી. સી. એલ, એફ. આર. એસ., રૉયલ કોલેજ ઓફ ફીઝીશીયન્સના ફેલો, સ્વ. મહારાણી વિક્ટોરિયાના કુટુંબના દાક્તર, આખા યુરોપના તે વખતના સારામાં સારા વૈદકીય માસિક પત્ર નામે “ બ્રિટિશ એન્ડ ફોરિન મેડી-કલ રિવ્યુ ” ના અધિપતિ, વગેરે વગેરે ઉપાધિઓ ધરાવનાર સુપ્રસિદ્ધ ડૉક્ટર પણ લખે છે કે:—“ નજલા અને સંધિવાના દરદીઓમાંથી ઘણા મોટા ભાગને પાણીના ઉપચારથી ઘણોજ લાભ થાય છે. જીર્ણ અભિમાંધના નામથી ઓળખાતા ગુચવાડા ભરેલા રોગથી પિડાતા દરદીઓને બીજા ઉપાયોથી સુદૃઢ લાભ ન થયો હોય, અગર જોઈએ તેટલો ફાયદો ન થયો હોય, તો તે વખતે પ્રીસનીઝની જોખવાર પદ્ધતિની ખાસ અજમાયશ લેવાની ભલામણ કરી શકાય. કેટલીક તરેહનાં જ્ઞાનનંતુને લગતાં જીર્ણ દરદો તેમજ સર્વાંગ અશક્તિના કેસોમાં જોખવારથી ઘણોજ લાભ થવાની સારી આશા આપણે રાખી શકીએ. લાંબા વખતના સંગ્રહણી, મરડા અને અર્ધ અથવા મસાના વ્યાધિનો અકસીર ઉપાય “ કટિસ્નાન ” ( Sitz bath ) જ એમ જણાય છે.”

પ્રોફેસર ડૉક્ટર સ્મિથ લખે છે કે, “ સાદા પાણીની વરાળ એ છાતીમાં ભરાયલા કફને છુટા પાડનાર સર્વોત્તમ કફદ્ધ ઉપાય છે.”

પ્રોફેસર ડૉક્ટર કલાર્ક કહે છે કે, “ જેને સુદૃઢ એન ન પડતું હોય કે શાન્તિ ન વળતી હોય તેવા તાવના દરદીને ‘ એનોડાઇન ’ એટલે શામક દવાઓના કરતાં “ સ્પંજ બાથ ” ચાને ટાઢા પાણીમાં વાદળી બોળી બોળીને ઘસીને નવરાવવાથી વધારે આરામ મળે છે. પેન સીલવેનિયા હૉસ્પિટલના આગેવાન તખીબ ડૉક્ટર જહાન એલ, એમ. ડી; એમણે એક પ્રસિદ્ધ ગ્રંથ જોખવાર વિષે લખેલો છે જેમાં પણ પાણીની શાન્તિદાયક અસરો વિષે સ્પષ્ટ વિવેચન કરેલું છે.

ડૉક્ટર કેલ્લોગ, એમ. ડી; જેઓ હાલ ઘણાં વર્ષો થયાં અમેરિકાના મોટામાં મોટા સેનિટેરિયમ ‘ ઍટલ ક્રીક ’ ના સુખ્યાધિષ્ઠાતા છે, અને ગયાં પચાસ વર્ષથી પ્રસિદ્ધ થતા “ જુડ હૅલ્થ ” નામના વૈદક ચોપાનીયાના અધિપતિ છે, તથા “ મેન ધી માસ્ટરપીસ, ” “ મોર્ડન મેડિસિન, ” “ પ્લેઇન ફૅક્ટસ ” ઇત્યાદિ ઇત્યાદિ મોટા મોટા ઘણાક ગ્રંથોના કર્તા છે તેઓ જોખવાર વિષેના એક મોટા પુસ્તકમાં દવાઓના કરતાં વધારે સારી રીતે પાણીના ઉપચારથી વ્યાધિઓ ફી રીતે મટાડવા તે પોતાના લાંબા વખતના વિશાળ અનુભવથી વર્ણવે છે.

આવા આવા સેંકડો અભિયાયો આપી શકાય, પરંતુ એક ઉપોદ્ધાતમાં આ વિષે વધારે જગા રોકવી એ ગેરજાનખી લેખાય તેથી આટલેથી સંતોષ માનીશું. પરંતુ ઉપર લખેલા થોડાક અભિપ્રાયો અને પ્રમાણો ઉપરથી જોઈ શકાશે કે છેક પુરાણા સમયથી પાણી એ સોંધામાં સોંધો, અકસીરમાં અકસીર, અને નિર્દોષમાં નિર્દોષ, બિનજોખમી ઉપચાર મનાતો અને અનુભવાતો આવ્યો છે, અને તેથી તે કાંઈ એકાદ વિચિત્ર માણસે કહ્યું કરેલું ધર્તીંગ નથી. છેક વર્તમાનકાળની વાત કરીએ તો તા. ૪ થી ઑગોષ્ટ સન ૧૭૯૯ માં ટ્રેએન્કેનબર્ગમાં જન્મેલ જર્મન ડૉક્ટર વિન્સેન્ઝ પ્રીસનિઝ ( Vincenz Priessnitz ); ઑસ્ટ્રિયન સિલેશીયામાં તા. ૧૧ મી ફેબ્રુઆરી સન ૧૭૯૮ માં જન્મેલ જોહન રેકોથ



(Johann Schroth); તા. ૧૭ મી મે સન ૧૮૨૪ માં બાવેરિયામાં આવેલ વોઓરિ-  
શોફેન ગામમાં જન્મેલ ફાધર નાઇપ (Father Kneipp) જેઓ પાછળથી સીક્રેટ  
મેમ્બરલેફન ઓફ ધી પોપ અને પેરિશ પ્રીસ્ટ ઓફ વોઓરિશોફેનના હોદ્દાપર હતા, અને  
“મારો જળોપચાર” એ નામના પુસ્તકની પહેલી આવૃત્તિ સન ૧૮૮૬ ના ઓક્ટોબરમાં  
જેમણે પ્રસિદ્ધ કરી તે એટલી લોકપ્રિય બનાવી કે માત્ર આઠ વર્ષમાં એટલે સન ૧૮૯૪ માં  
તેજ પુસ્તકની પચાસમી આવૃત્તિ પ્રસિદ્ધ કરવાને તેઓ બાબ્સશાળી થયા હતા, અને જેઓ  
લાખો દરદીઓને સાજા કરી શક્યા હતા તે; તથા જે પુસ્તકની આ પ્રસ્તાવના લખવાનો  
સુયોગ મને પ્રાપ્ત થયો છે તે પુસ્તકના કર્તા લુઇસ કુહને (Luis Kuhne) જેઓ  
હીમબ્રીક શહેરમાં ઈ. સ. ૧૮૪૩ ના અરસામાં જન્મ્યા હતા અને ઘણું કરીને સન ૧૯૦૨ ની  
સાલમાં મરણ પામ્યા હતા તે, એમ ચાર મહાન નરોએ જળોપચાર શાસ્ત્રને જગપ્રસિદ્ધ  
બનાવ્યું છે. અતિ કુશળ વિદ્વાન ડૉક્ટર એ. એફ. રેઈનહોલ્ડ, પી. એચ. ડી; એમ. ડી;  
પોતાના “નેચર વરસસ ટ્રુસ” નામના પુસ્તકના પૃષ્ઠ ૩૮૭ ઉપર લખે છે કે “In our  
opinion, this trio, Priessnitz, Kneipp, and Kuhne, have done  
more for the physical welfare of humanity, than all the drug  
schools combined. (ભાવાર્થ)—અમારા મત પ્રમાણે તો પ્રીસનીઝ, નાઇપ, અને  
કુહને એ ત્રણ વ્યક્તિઓએ મનુષ્યજાતિના શારીરિક સ્વાસ્થ્ય સુખ માટે ઔષધોપચારની સર્વ  
પદ્ધતિઓના હિમાયતીઓ કરતાં ઘણુંજ વધારે કર્યું છે.”

ડૉ. લુઇસ કુહનેના જે પુસ્તકના અનુવાદ રૂપે આ પહેલો ભાગ બહાર પાડીએ છીએ  
તેજ પુસ્તક વિષે અને જળોપચારથી થયેલા લાભ વિષે પોતાનો જ્ઞાતિ અનુભવ ડૉ. રેઈન-  
હોલ્ડ, પી. એચ. ડી., એમ. ડી., આ પ્રમાણે લખે છે;—“The author's mother  
was at Death's door, when she was snatched from the hands  
of a legalized drug poisoner by a practitioner of Water Cure, and  
restored to health; and he has been repeatedly told of how  
his father was cured of typhoid fever, by a prolonged  
plunge into ice water, taken with suicidal intent during  
delirium. The writer himself, while a student at the Uni-  
versity of Berlin, was taken sick with abdominal trouble  
which the Professors of the University could not cure. He  
bethought himself of the effect of Water Cure in the cases of  
his parents, and of his own accord began to apply cold water  
compresses, and finally succeeded in curing himself, after 1½  
years of suffering. The first book that opened his eyes to the  
imperfections of the medical school, and to the rational views  
of Water Cure, was L. Kuhne's 'New Science of Healing,'  
which so impressed him that he determined to establish at  
once an institute for Water Cure Treatment. (ભાવાર્થ) મારી માતા  
છેકે યમદારે પહોંચી ગઈ હતી, અર્થાત મરવાની તૈયારીમાં હતી, તેવે સમયે દવાઓને નામે  
મેરો અવશ્યવર્તી પરવાનો ધરાવનાર દાકતરના હાથમાંથી તેને એક પાણીના ઉપચાર કરવાને

કુટુંબી લેખને તદ્દન તાંદુરસ્ત બનાવી દીધી હતી. વળી ‘ટાઇપાઇડ રીવર’ અથવા કાળજન-  
રના સખ્ત હુમલાને લીધે થયેલા સન્નિપાતના આવેશમાં આચક્ષત કરવાના ઇરાદાથી ખરે  
જેવા શીતળ પાણીમાં ન્હાવને કપલાવાથી મરી જવાને બદલે મારા પિતાનો કાળજનવર કેવો  
મટી બને હતો તે વાત પણ મને ઘણીવાર કહેવામાં આવી છે. તે ઉપરાંત હું પોતે જ્યારે  
જર્મિનની યુનિવર્સિટીમાં વૈદકનો અભ્યાસ કરતો હતો તે વખતે ઉદરરોગથી હું સખ્ત મંદવાડમાં  
આવી પડ્યો હતો, પણ મારો વ્યાધિ જર્મિન યુનિવર્સિટીના તબીબી પ્રોફેસરો મટાડી શક્યા  
નહિ. છેવટે પાણીના ઉપચારોથી મારાં માતા અને પિતાને જે લાભ થયા હતા તેના વિચારો  
મને આવ્યા અને તેથી મારી મેળે ટાઢ પાણીના વેષ્ટન—( પલાળીને નીચેથી નાંખેલ ચાદર કે  
નાના સુતરાઉ કાપડના કટકા રોગી ભાજપર વિંટાળી તે ઉપર હવા અંદર ન જઈ શકે તેવી  
રીતે ગરમ કામળા વિંટાળવી અને અંદરનું બીનું કપડું ગરમ થઈ સુકાઈ જાય ત્યાં સુધી  
જે ચાર કે છ કલાક સુધી તેને શરીર પર રહેવા દેવું તેને ‘ક્રામ્પ્રેસ’ કે વેષ્ટન કે ચાદર  
બાંધન કહે છે તે) મારા શરીર પર હું બાંધવા લાગ્યો. અને તે રીતે આખરે દોઢ વર્ષની દુઃખદ  
માંદગીનો અંત આવ્યો અને હું સાજો થયો. દાકતરી વિદ્યાની અપૂર્ણતાઓ અને જળોપચાર  
વિશેના યથાયોગ્ય યુક્તિ સિદ્ધિ વિચારો તરફ મારી આંખો ઉઘાડનાર પ્રથમ પુસ્તક મને જે મળ્યું  
તે હ્યુઝ કુહનેનું ‘નવીન ઉપચારશાસ્ત્ર’ હતું; અને આ પુસ્તકે મારા મન ઉપર એવી તો  
ઉડી છાપ પાડી કે જળોપચાર કરનાર એક જાહેર ખાતું તુરત ખોલવાનો મેં નિશ્ચય કર્યો.”

આવીજ રીતે અમેરિકાના ચીકાગો શહેરમાં આવેલા એક મોટા સેનીટેરિયમના માલિક  
અને મુખ્યાધિષ્ઠાતા, એક વૈદકીય અંધકાર, અને “નેચર ક્યુર મેગેઝીન”ના તંત્રી ડૉક્ટર  
લીડલાહર, એમ. ડી; “મે પ્રકાશ કેવી રીતે જોયો?” (How I Saw the  
Light) એ નામના એક લેખમાં ડૉક્ટર કુહનેના પુસ્તક (જેના ગુજરાતીમાં અનુવાદ  
રૂપે આ પહેલો ભાગ બહાર પાડવામાં આવ્યો છે તે)થી પોતાને કેટલો બધો લાભ થયો  
હતો તે સંબંધી સાક્ષી નીચે પ્રમાણે પુરે છે:—

“Twelve years ago, wrecked in body and mind, staggering  
under the curse of heredity and under the ill effects of early  
surroundings and associates, life seemed to me an utter failure,  
the sooner ended, the better. At this juncture a friend, aware  
of my predicament, handed me a German book on Nature Cure.  
It was Kuhne's ‘New Science of Healing.’ This book, written  
by one of the simple pioneers of Nature Cure, though anything  
‘scientific,’ was replete with plain unvarnished truth. Every  
word of it appealed to my reason and common sense. It ex-  
plained to me the cause of all my difficulties and pointed out  
the way to better conditions. I read all night, and the next  
morning I began to put into practice ‘the new science of living  
and of healing.’ I needed no one to persuade me or to push  
me on the way, and it all seemed so plain and self-evident;  
since that time I have never for a single moment had any reason  
to doubt the fundamental truths of Nature Cure. In their light

I not only worked out my own salvation but rescued thousands of others from the depths of misery and despair.

**ભાવાર્થ:**—ખાર વર્ષ પૂર્વે હું શરીરે અને મને પાયમાલ થઈ ગયેલો, બાલ્યાવસ્થાના મિત્રો અને આસપાસના સંજોગોની ખરાબ અસરોના ભારથી તથા ખરાબ વારસાના આપથી ક્યારાઈ લથડતો હતો ત્યારે જીંદગી મને કેવળ નિષ્ફળતામય લાગી, અને તેનો જેમ વહેલો અંત આવે તેમ સાફ એમ લાગતું હતું. આવા સંકટ સમયે મારી કંઈગી આશ્રતવાળી હાલ-તથી માહીતગાર એવા એક મિત્રે કુદરતી-નૈસર્ગિક ઉપચારશાસ્ત્ર વિષેનું એક જર્મન ભાષાનું પુસ્તક મને આપ્યું. આ પુસ્તક તે ડૉક્ટર કુહનેનું ‘નવીન જળોપચારશાસ્ત્ર’ હતું. કુદરતી ઉપચારશાસ્ત્રના સરળ અગ્રેસરોમાંથી એકે લખેલું આ પુસ્તક ‘સાયન્સ’ ની ઉડી ખાંચ ખુંચથી મુક્ત હતું છતાં સ્પષ્ટ ઢોળ ચઢાવ્યા વગરનાં સત્યોથી ભરપૂર હતું. આ પુસ્તકનો દરેક શબ્દ મારી બુદ્ધિ અને સાદી સમજ કે ડહાપણને અનુકૂલ જણાયો. મારી સર્વે ગુંચવણો અને અડચણોનાં કારણ આ પુસ્તકે મને સમજાવ્યાં. વધારે સારી સ્થિતિ પ્રાપ્ત કરવાનો માર્ગ પણ બતાવી આપ્યો. આખી રાત આ પુસ્તક મેં વાંચ્યું અને સવાર થતાં ‘જીવન અને ઉપચાર સંબંધીના આ નવીનશાસ્ત્ર’ ને હું આચારમાં મૂકવા લાગ્યો. કોઈ સમજાવનાર કે તે રસ્તે મને આગળ હડસેલનારની મને જરૂર રહી નહિ; બધું એટલું ચોક્કસ અને સ્વતઃસિદ્ધ જણાતું હતું; તે સમયથી આજદિન સુધી નૈસર્ગિક ઉપચારશાસ્ત્રનાં મૂળતત્ત્વો વિષે એક ક્ષણવાર પણ શંકાશીલ બનવાનો પ્રસંગ મને પ્રાપ્ત થયો નથી. આ સિદ્ધાંતોને લીધે મને જે જ્ઞાનપ્રકાશ મળ્યો તેને આધારે હું મારી પોતાની મુક્તિ સાધી શક્યો છું એટલુંજ નહિ પણ, દુઃખ અને નિરાશાની ઉડી ખાંચઓમાં પડેલાં બીજાં હજારો મનુષ્યોને પણ હું બચાવી શક્યો છું.”

ડૉ. કુહનેના આ પુસ્તકની સાતમી આવૃત્તિની સન ૧૮૯૪ માં લખેલી પ્રસ્તાવનામાં અંશકર્તાએ જણાવ્યું છે કે તેમના પુસ્તકની યુરોપ અને એશીયાની સુધરેલી પચીસ ઉપરાંત ભાષાઓમાં ભાષાન્તરો થઈ ગયેલાં છે. આ રીતે સન ૧૮૯૪ પછી આજ સુધીમાં તો બીજી ધણીક વધુ ભાષાઓમાં તરજુમા બહાર પડી ચુક્યા છે. એકલી જર્મન ભાષામાંજ સન ૧૮૯૯ સુધીમાં પચાસમી આવૃત્તિ બહાર પાડવાને ડૉ. કુહને ભાગ્યશાળી થયા હતા. આ સર્વ વાતો આ પુસ્તકની અતિશય ઉપયોગીતા, આખી દુનિયાં ઉપરની તેની બેહદ લોકપ્રિયતા, તથા અપૂર્વ નવીનતા તથા સરળતા બતાવી આપવાને પુરતાં છે.

ચાલુ પુસ્તકમાં ખોરાક વિષેનું પ્રકરણ મૂકી દેવામાં આવ્યું છે, કારણ કે તે વિષય ઉપર ઘણોજ વધારે સારો પ્રકાશ ડૉ. મહાદેવ પ્રસાદે પોતાના “માણસનો કુદરતી ખોરાક કયો છે?” “આહાર મિમાંસા,” “ફળાહારથી થતા અસંખ્ય લાભ,” પ્રત્યાદિ ધન્વંતરિ માસિકમાં પ્રસિદ્ધ થયેલા લાંબા લેખોથી પાડેલો છે.

આ પુસ્તકનો બાકી રહેલો ભાગ હુંક મુદતમાં અમે બહાર પાડવા ઉમેદ રાખીએ છીએ. પોતાના વ્યવસાયના વખતમાં આ અનુવાદ થયેલો હોવાથી તેમાં થયેલાં સ્પષ્ટતાનો વિષે સુચ વાંચકો હસક્ષીર ન્યાયે ઉપેક્ષા કરશે એવી આશા અને વિનંતી છે.

લી. સેવક,

લોગીલાલ ત્રિકમલાલ વહીલ.

“ધન્વંતરિ” માસિકના તંત્રી.



## કુદરતી રોગોપચાર ગ્રંથમાળા.

ઔષધ કિંવા શસ્ત્રપ્રયોગ સિવાય રોગ મટાડવાનું

# નવીન શાસ્ત્ર.

પ્રકરણ ૧ લું.

આ નવીન શાસ્ત્રનો શોધ કેવી રીતે થયો ?

યુરોપ ખંડના જર્મની દેશમાં રહેનાર દયુઈ કુન્હે નામના એક ૨૧ વર્ષના યુવાન ગૃહસ્થની કંઈ વિકારથી પ્રકૃતિ બગડી હતી. પ્રથમ છાતીમાં અતિશય દુઃખાવો થયો હતો અને તે સાથે માથું પણ દુખ્યા કરતું હતું. આ ગૃહસ્થે ત્યાંના ધણા વિદ્વાન ડૉક્ટરોની દવાઓ પુષ્કળ દિવસ સુધી કરી, છતાં તેનાથી તેને કંઈ પણ ફાયદો થયો નહિ. મૂળથીજ કુન્હેની ડૉક્ટરો ઉપર વિશેષ શ્રદ્ધા નહોતી, અને જ્યારે તેને પોતાને ડૉક્ટરોનાં ઔષધોથી ફાયદો થયો નહિ ત્યારે તેની શ્રદ્ધા તેમના ઉપરથી બિલકુલ ઉડી ગઈ. કુન્હેએ પોતાના વ્યાધિને માટે પુષ્કળ વૈદ્યાના ઉપાયો કર્યા પણ તેથી લાભ થવાને બદલે તેના દરદમાં વધારો થતો રહ્યો હતો. તેથી ડૉક્ટર લોકો વિના કારણ દવાના રગડા પાઈ પ્રકૃતિ બગાડે છે એમ તેની ખાત્રી થઈ ગઈ. તે પોતાનાં છોકરાંને કહેતો હતો કે, “ હું છોકરાઓ, તમે ડૉક્ટરોના નાદે લાગશો નહિ ” એમ નિત્ય ચેતવણી આપ્યા કરતો હતો. કુન્હેના વડિલ પણ સારા વૈદ્યની સારવાર નીચેજ જકરના ક્ષતથી મરણ પામ્યા હતા. તે કારણથી પ્રચલિત વૈદ્યક પદ્ધતિને આધારે ચાલનાર ડૉક્ટરો ઉપરથી કુન્હેની શ્રદ્ધા ઉડી ગઈ હતી. અને આગળ ચાલતાં ડૉક્ટરોનાં ઔષધોથી ખરો કંઈ ફાયદો થતો નથી એમ તેની પક્ષી ખાત્રી થઈ. આ વખતે જર્મનીમાં “ નેચર ક્યુર ” અથવા કુદરતી રોગોપચાર વિદ્યા નામની એક નવીન વિદ્યા નિકળી હતી. આ પદ્ધતિ પ્રમાણે ઉપચાર કરનારાઓમાં મેલ્ટઝર નામનો ચિકિત્સક સર્વોપરી ગણાતો હતો. અને આ મંડળીની વારંવાર સભાઓ થતી હતી. અને તેમાંની એક સભામાં કુન્હે પણ ગયો. પોતાને છાતીમાં શળ આવતું હતું, તેને માટે તમારી પદ્ધતિમાં કંઈ ઉપાય છે કે નહિ એમ કુન્હેએ તે સભાસદો પૈકીના એકને ધીમે રહીને પુછ્યું. ધીમે રહીને પુછવાનું કારણ એ કે તે વખતે કુન્હેની પ્રકૃતિ છેક બગડી ગયેલી હતી, અને તેનું મગજ પણ નબળું પડી ગયું હતું, તેથી એવા મોટા મંડળમાં ગોટે સાદે બોલવાની તેની હિંમત ચાલી નહિ. તે સભામાંથી એક ગૃહસ્થે કુન્હેને કંઈ ઉપાય બતાવ્યો. તે ઉપાયથી તેને સારો ફાયદો થયો. એ ચાર વર્ષ પછી એટલે ઇ. સ. ૧૮૬૮ માં તેના ભાઈની તબીયત કેટલો વ્યાધિથી અતિશય બગડી. તેને જે રોગ થયો હતો તેના ઉપર ઉપચાર કરવા જેટલો કુદરતી રોગોપચાર વિદ્યામાં સુધારો વધારો તે વખતે થયેલો નહોતો. પરંતુ થીઓડોર હુન નામનો નૈસર્ગિક ઉપચારક ધણા બચકર રોગો મટાડી શકે છે, એમ તેના સાંભળવામાં આવ્યાથી તેની સલાહ લેવા જવાનો તેણે ઠરાવ કર્યો. અને માત્ર ચોડાંક અઠવાડીયામાં પોતાની તબીયત ધણીજ સુધારીને પાછો આવ્યો.

\*આ વિષય ઉપર ચર્ચા થકાવવા માટે સભાઓ આપણા દેશમાં પણ ક્યારે થવા લાગશે ?

કુન્હેની તખીયતને કેટલાક વખત સુધી કુદરતી ઉપચારથી સારો ફાયદો થયેલો જણાયો હતો પરંતુ ફરીથી તેની તખીયત પૂર્વ સ્થિતિપર આવી હતી અને થોડા દિવસ પછી તો બીલકુલ બગડી ગઈ હતી. તેના દરદની વેદના એટલી તો અસહ્ય થઈ પડી હતી કે જીવવું તેને બહુજ કંટાળા ભરેલું લાગતું હતું. તેના વંશમાં પરંપરાથી ઉતરતો આવેલો જઠરના વ્રણનો રોગ તેને લાગુ પડ્યો, અને ફેફસાંનો કેટલોક ભાગ ખરાબ ગયો હતો. મગજ અને મજ્જાતંતુ પણ એટલાં બગડ્યાં હતાં કે સહેજ કારણ મળતાં તેને અતિશય ત્રાસ થતો હતો. આવી વખતે મગજ શાન્ત કરવાને, ખહારની ખુલ્લી, થંડી અને સ્વચ્છ હવામાં ફર્યા સિવાય બીજો ઉપાય નહોતો. રાત્રે ઉંઘ તો તેને મુદ્દલ આવતી નહોતી, જેથી કામ ધંધો કરવાની તેને બિલકુલ રુચિ થતી નહિ. “મારું શરીર હુપ્તપુપ્ત અને મારા ગાલ ગુલાબી રંગના લોકોને દેખાતા હતા, છતાં પણ મને જે અસહ્ય વેદના થતી હતી તે લોકોની કલ્પનામાં પણ આવી શકે તેમ નહોતું.” એ પ્રમાણે કુન્હે પોતાની તે વખતની સ્થિતિનું વર્ણન કરતાં લખે છે. પરંતુ ક્ષણ માત્ર આરામ સિવાય કાચમ ટકનારો એવો ફાયદો તેની પ્રકૃતિને કંઈ પણ થયો નહોતો.

કુન્હેને બાળપણથી સૃષ્ટિ સૌંદર્ય નિહાળવાનો બહુજ શોખ હતો. વનસ્પતિ અને પ્રાણી-ઓનું પોષણ કેવી રીતે થાય છે, તેમનું આરોગ્ય શી રીતે જળવાય રહે છે, ક્યાં કારણોથી વૃક્ષો અને પ્રાણીઓ નિરોગી અને બળવાન રહે છે, પ્રાણીઓને રોગ થયા છતાં તેઓ કેવી રીતે વર્તે છે, અને તેમના વ્યાધિ આપોઆપ શી રીતે મટે છે, ઇત્યાદિ બાબતોનું સૂક્ષ્મ અવલોકન કરવાથી કુન્હેને જે અનુભવ થયો હતો તે ઉપર કલ્પના ચલાવીને તેણે રોગનું કારણ શું હશે, અને તે કેવી રીતે મટાડી શકાય, એ સંબંધી તેણે કંઈક અનુમાનો કાઢ્યાં. તે અનુમાનોના ખરાપણાની ખાત્રી થવા માટે તે અનુમાનો પ્રમાણે તેણે પોતાની જાત ઉપર પ્રયોગો કરવા માંડ્યા. એ પ્રયોગોથી જે દુઃસાધ્ય રોગ તેને થયો હતો તે દિનપર દિન મટતો ગયો. કેટલાક વખત પછી તે તદ્દન સારો થઈ ગયો. પોતાને જે અનુભવ મળ્યો તે કંઈ “કાગનું બેસવું અને તાડનું ભાગવું” એના જેવો હતો, કે પોતાનાં અનુમાન અને સિદ્ધાંત પ્રમાણે હતો, એ જોવાને માટે કુન્હેએ એજ સિદ્ધાંતને અનુસરીને બીજા રોગીઓ ઉપર પ્રયોગ કરી જોયા. તે રોગીઓને પણ પોતાના ઉપાયથી ફાયદો થયાના પ્રત્યક્ષ અનુભવ પછી પોતે શોધી કાઢેલાં તત્વ માટે અને ઉપાયો વિષે કુન્હેની સંપૂર્ણ ખાત્રી થઈ.

પોતાની પૂર્ણ ખાત્રી થયા પછી બીજા વૈદો પણ એ ઉપાયોનો અનુભવ લેઈ જુએ તેટલા માટે કુન્હેએ પોતાના સિદ્ધાંત તેમને સમજાવ્યા અને જે ઉપાયોથી પોતે સાજો થયો અને બીજાઓને રોગમુક્ત કર્યા તે ઉપાયનાં સાધનો તેણે બીજા વૈદોને બતાવ્યાં. પરંતુ તે વૈદોએ તેના કહેવા તરફ બીલકુલ ધ્યાન આપ્યું નહિ, તેમજ તેનો અનુભવ પણ લેઈ જોયો નહિ. સર્વ લોકોનો જેના ઉપર વિશ્વાસ હોય એવી પરંપરાથી ચાલતી આવેલી બાબત વિરુદ્ધ બોલનાર કિંવા કંઈ નવીન વાત પ્રચારમાં લાવનાર કોઈ નિકળે તો તેનું કોઈ સાંભળે નહિ પણ ઉલટા તેની મસ્કરી કરે એ સ્થિતિ સર્વ ઠેકાણે ચાલે છે. એટલે કુન્હેના સંબંધમાં પણ એમજ બને એમાં કંઈ આશ્ચર્ય સરખું નહોતું. સૂર્યમાં ધાખાં છે અને તે પોતાની આસપાસ ફરે છે એવું કહેનાર ગેલિલિયો, પૃથ્વી અને બીજા બધા ગ્રહ સૂર્યની આસપાસ ફરે છે એવું કહેનાર કૉપરનીકસ, વરાળથી ગાડીઓ ચલાવી શકાશે એવું કહેનાર સ્ટીફનસન, અને હોમીયોપથી નામક ઉપચાર શાસ્ત્રના ઉત્પાદક હૃનેમાન, એ સર્વનું કહેવાનું લોકોએ પ્રથમ હસી કાઢ્યું હતું અને તેમને માંડા

ઠરાવ્યા હતા. આવા મહાન પુરુષોની જે આ દશા થઇ હતી તો પછી કુન્હેના કથન તરફ ડોક્ટરો લક્ષ આપે નહિ એમાં શી નવાઇ ?

લોકોને પોતાના સિદ્ધાંત સમજાવીને કહ્યાથી, અથવા પોતાના સ્નેહી મિત્ર અને ઓળખીતા લોકોને પોતે આરામ કર્યો છે એવું લોકોને કહ્યાથી પોતાના સિદ્ધાંત અને ઉપાયોનો લોકોમાં પ્રચાર થનાર નથી, એવી કુન્હેની ખાત્રી થયા પછી પોતાની ચિકિત્સાપદ્ધતિ સંબંધી લોકોના મનમાં વિશ્વાસ ઉત્પન્ન કરવા માટે સાર્વજનિક દવાખાનું કાઢવાનો કુન્હેએ નિશ્ચય કર્યો. એને માટે કુન્હેને ઘણી ગુચ્ચવણમાં પડવું પડ્યું, કારણ આ કામને માટે ચોવીસ વર્ષથી ચાલતું પોતાનું કારખાનું છોડી દેવું પડે અને પૈસાનું નુકશાન પણ જોડી લેવું પડે. તેમાં વળી જે નવું દવાખાનું બરાબર ચાલ્યું તો ઠીક, નહિ તો વિના કારણ પૈસાના પૈસા ખોદને ઉપર ફરેતો જોડી લેવો પડશે એ વિચારમાં ગુચ્ચવાઇને નવું કામ હાથમાં લેવા કુન્હેની હિમ્મત ચાલી શકતી નહોતી. ખેંચતાણ થતાં છેવટે સહ્યુદ્ધિ અને ધૈર્યનો જય થયો. અને તારીખ ૧૦ મી ઑક્ટોબર સન ૧૮૮૩ ને દિવસે ડોક્ટર કુન્હેએ પોતાની પ્રયોગશાળા સ્થાપન કરી.

કુન્હેના મનમાં જે ભય હતો તે ખરો પડવાનાં ચિન્હ શરૂઆતમાં જણાવા લાગ્યાં. કેટલાક રોગીઓના અસાધ્ય રોગ જોકે કુન્હેએ થોડા વખતમાં મટાડ્યા તોપણ પહેલાં કેટલાંક વર્ષ સુધી દરદીઓની સંખ્યા એટલી થોડી હતી કે દરદીઓ આવતાજ નહિ એમ કહીએ તો ચાલે, પણ પાછળથી ધીમે ધીમે દરદીઓ આવવા લાગ્યા. એમાંના ઘણા ખરા શરૂઆતમાં બાળપણનાં માટેજ આવતા. પણ વખત જતો ગયો તેમ તેમ બીજા ઉપચારોને માટે પણ રોગીઓ આવવા લાગ્યા. આ આવનારા રોગીઓમાં આસપાસનાં શહેરોમાંથી આવનારા રોગીઓનીજ સંખ્યા વધારે હતી. જે જે રોગીઓ સારા થઇને ગયા તે તે કુન્હેની ઉપચાર વિધિની બોલતી ચાલતી જાહેર ખબર રૂપ થયા. અને તેમના કહેવા ઉપરથી ઘણા નવા દરદીઓ આવવા લાગ્યા. આ પ્રમાણે ધીમે ધીમે કુન્હેની ઉપચારવિધિની કીર્તિ ચારે તરફ પ્રસરવા લાગી.

પોતે શોધી કાઢેલા ઉપાયના ઉપયોગીપણાનો અનુભવ કુન્હેને વખતો વખત મળતો ગયો. પોતાના ઉપાયથી તેણે પોતાની પ્રકૃતિ એટલી સુધારી કે પોતે સ્થાપન કરેલી પ્રયોગશાળાનું સર્વ કામ કરવાની શક્તિ તેનામાં આવી. ઘણા વિચાર કરીને તેણે ઉપસ્થસ્તાન (સીટ્ઝ બાથ)ની નવી પદ્ધતિ શોધી કહાડી હતી એથી એની તખીયતની વિશેષ સુધારણા થઇ. કુન્હે કહે છે કે આ નવા શોધી કહાડેલા ઉપસ્થ સ્નાનનો ઉપાય એટલો ઉત્તમ છે કે, કોઇ પણ રોગ આ ઉપાયથી સારો થવોજ જોઇયે. માત્ર આ ઉપાયથી પ્રત્યેક રોગીને સારો કરી શકાશે એમ કહી શકાતું નથી, કારણ જ્યારે ઔપધોના સતત ઉપયોગથી દરદીનું આખું શરીર વિપમય થઇ જઇને શરીરનું સાધારણ જીવનબળ (Vitality) નષ્ટ થઇ ગયું હોય, ત્યારે આ ઉપાયથી જોકે સાધારણ ફાયદો થાય, પરંતુ તેનો રોગ સંપૂર્ણ રીતે મટ અને દરદી બચે એવું ખાત્રીથી કહી શકાતું નથી.

કુન્હે ઉપર એક એવો આક્ષેપ કરવામાં આવે છે કે તેણે વૈદ્ય ડોક્ટરોને આવશ્યક શારીર શાસ્ત્ર, વનસ્પતિબુલ્બર્મશાસ્ત્ર, આરોગ્યશાસ્ત્ર વિગેરે શાસ્ત્રોનું કોઇ વિશ્વવિદ્યાલયમાં શિક્ષણ મેળવ્યું નથી તેથી વૈદ્યકશાસ્ત્ર સંબંધી તેનો અભિપ્રાય અને ચિકિત્સા વિષેના તેના સિદ્ધાંતો તથા ઉપાય બરાબર ખરા હોવાનો સંભવ નથી. આ આક્ષેપમાં વધારે મહત્વ નથી એવું કોઇ પણ વિચારશીલ મનુષ્યને લાગ્યા વિના રહેશે નહિ. પોતાના શોધો અથવા નવીન યુક્તિઓથી જેમણે મનુષ્ય જાતીનું હિત કર્યું છે એવા મહાજનોમાં એવા ઘણા છે કે જેમણે તે તે શાસ્ત્રોનો કોઈ

વિશ્વવિદ્યાલયમાં કે ગુરૂ પાસે યથાવિધિ અભ્યાસ કર્યો ન હોય અને (પહેલાં) જેમને લોકો વિદ્યાનોમાં ગણુતા ન હોય. પાણીના જુદી જુદી રીતે ઉપચાર કરીને રોગ મટાડવાની નવી પદ્ધતિ પહેલ પહેલી શોધી કહાડનાર પ્રીસનીઝ એ કેવળ ખેડુત હતો. તેજ પ્રમાણે ચિકિત્સા પદ્ધતિમાં સુધારણા કરીને રોગ મટાડવાની નવી અને જુની પદ્ધતિ કરતાં શ્રેષ્ઠ એવી પદ્ધતિ શોધી કાઢનારાઓમાંનો ફ્લેકેચ એ પહેલાં એક વૈતરો હતો. ફ્રેન્ક (જે. એચ. રૉસે) એ પહેલાં એક ધર્મશાસ્ત્રી હતો. અને થિઓડોર હુન એ પહેલાં ઔષધો તૈયાર કરીને વેચવાનો ધંધો કરતો હતો,

## પ્રકરણ ૨ જી.

### આ નવીન શાસ્ત્રનું મહત્વ.

હવે આપણે પ્રચલિત ચિકિત્સા પદ્ધતિ કેવા પ્રકારની છે, અને તેના ગુણ દોષ શા છે, એ સંબંધી વિચાર કરીયે, અને પછી એ પદ્ધતિની કુન્ડેની પદ્ધતિ સાથે તુલના કરીએ.

આપણા આર્ય વૈદ્યકમાં તેમજ ઇંગ્રેજ વૈદ્યકમાં હજારો રોગો માન્યા છે, અને તે રોગોપર જુદાં જુદાં ઔષધો બતાવ્યાં છે. રોગની પરીક્ષા કરવાના અનેક પ્રકાર છે. મૂત્ર પરીક્ષા, નાડી પરીક્ષા, જીભા પરિક્ષા, વિગેરે અનેક પરીક્ષા આપણા આર્ય વૈદ્યકમાં બતાવેલી છે. અંગ્રેજ વૈદ્યકમાં આ પરીક્ષાઓ, અને તે પરીક્ષાઓ કરવા માટે અનેક પ્રકારનાં યંત્રો હોવા ઉપરાંત શરીરની અંદરના અવયવો કઈ સ્થિતિમાં છે, એ સમજવા માટે અપારદર્શક પદાર્થોની આરપાર બતાવનાર “રેન્ટજન અથવા એક્સ રે” નામનાં કિરણોનો હવે ઉપયોગ થવા લાગ્યો છે ! આટલાં બધાં સાધનો હોવા છતાં પણ રોગની બરાબર પરીક્ષા થતી નથી. રોગનું નામ નક્કી થવા છતાં પણ ઘણીવાર રોગનું કારણ બરાબર સમજાતું નથી. અને ખરૂં કારણ સમજાય તોએ રોગ મૂળમાંથી નષ્ટ કરવાનું સામર્થ્ય ઔષધોમાં હોતું નથી. ઔષધોથી ફક્ત રોગનાં ઉપરનાં ચિન્હો દબાઈ જાય છે. અને રોગનાં ઉપરનાં ચિન્હ નષ્ટ થાય એટલે લોકો રોગ મટી ગયેલો માને છે. પરંતુ ખરી રીતે જોતાં તો રોગનું મૂળ કારણ શરીરમાં જેવું ને તેવું રહે છે. હાલની ચિકિત્સા કરવાની પદ્ધતિથી શરીરમાંના રોગોનું મૂળ કારણ નાશ પામતું નથી, ને તેથી તેજ રોગ ફરી માંડે વહેલો ઉપડી આવવાનો સંભવ રહે છે. સ્પષ્ટજ છે કે ઝાડને મૂળમાંથી ખોદી ન નાંખતાં તેનાં માત્ર ડાળાંજ કાપી નાંખ્યા હોય તો તે ફરીથી ટુટી નિકળે છે.

ઘણા કાળથી ચાલતી આવેલી આ જુની પદ્ધતિમાં બીજું એક એવું બને છે કે, એક રોગી પાંચ તબીબો પાસે જાય તો તે દરેક તબીબ તેને જુદો જુદો રોગ થયાનું કહે છે. રોગ વિષે જો બે તબીબો એક મત થાય તો ઔષધોના સંબંધમાં તેમના વચ્ચે મત ભેદ પડવાનોજ; પણ દરેક તબીબ પોતાની પરીક્ષા બરાબર છે, અને પોતાનું બતાવેલુંજ ઔષધ ખરૂં છે, એમ કહી કરવાનો.

જુના ઇંગ્રેજ (એલોપેથીક) વૈદ્યોની પરીક્ષામાં બીજું એક એ ખામી છે કે ચાંદાં, કફલય, કંઠમાળ વિગેરે રોગ વિશેષ વધી જાય ત્યાં સુધી તેમના જાણ્યામાં આવતા નથી. વાસ્તવિક રીતે જોતાં રોગનો આરંભ થતાંજ આપણને તેની ખબર પડવી જોઈએ. કારણ તેથી કરીને આપણાથી તરત ઉપાય કરી શકાય. રોગ વધી જતા પહેલાં ઉપાય કરવામાં આવે તો રોગ જલ્દી નાશ પામે છે એ વાત સર્વ કોઈ જાણે છે. શરીરમાં રોગનો આરંભ થવા છતાં ડોક્ટરોથી તેની વેળાસર

પરીક્ષા થઈ શકતી નથી એ માટે કુન્હે કહે છે કે, જેમને ડોક્ટરોએ “તમારું કાળજી અને ફેફસાં તદ્દન સારાં છે, તમને કંઈ રોગ થયો નથી” એવું કહ્યું હતું એવા ધણા રોગીઓ મારી પાસે આવ્યા પછી મને જણાઈ આવ્યું કે તેમનાં ફેફસાં બગડવાનો આરંભ થયો હતો. કોઈ કોઈ વાર વ્રણ અથવા ગાંઠ થવાથી ડોક્ટરોના મતે શસ્ત્રક્રિયા કરવાની આવશ્યકતા હોય છે, તોપણ એવી વખતે તેઓ કહે છે કે “હજી ગાંઠ પાકી નથી, તમારે હજી થોડો વખત વાટ જોવી જોઈએ, હાલ તમારા દરદનો કાંઈ ઈલાજ થઈ શકે તેમ નથી.” રોગ પુરેપુરો બહાર નિકળે ત્યાં સુધી, અથવા પાકે ત્યાં સુધી વાટ જોતાં જોતાં રોગીને કંઈ પ્રાણ આવે છે. રોગી બિ-આરો રોગથી યમયાતના શોસતો હોય છે. પણ રોગ પરિપક્વ ન થવાને લીધે ડોક્ટર સાહેબના હાથ લુલા પડેલા હોય છે. રોગ થતી વખતેજ તે જાણવાનું સામર્થ્ય જીના વૈદ્યકમાં ન હોવાથી પ્રથમ અવસ્થામાં ઉપાય કરવાથી તે મટાડવાનું જે સહજ બની શકે એવું હોય છે, તે લાભ જીના વૈદ્યકથી લેઈ શકાતો નથી. શરીરને વધારે ત્રાસ થવા જેટલો રોગ જ્યારે બળવાન થાય ત્યારેજ તેમને સમજણ પડે છે. જીના વૈદ્યકમાં શું આ દોષ નથી ? જ્ઞાનતંતુનાં દરદનો જ્યારે પ્રથમ આરંભ થાય છે ત્યારે તે ડોક્ટરોને પરીક્ષા કરતાં જણાઈ આવતો નથી, એટલુંજ નહિ પણ, રોગ થયા પછી કેટલાક દિવસ થઈ જાય તોપણ તેમનાથી જલ્દી પરીક્ષા કરી શકાતી નથી. જ્યારે રોગ જીનો થાય, અને અતિશય વિકાસ પામી હમેશાં માથું ડુબવું, વિગેરે જ્ઞાનતં-તુના ખીજ વિકાર ઉત્પન્ન થાય ત્યારે ડોક્ટર સાહેબના લક્ષમાં આવે છે કે જ્ઞાન તંતુઓમાં કોઈ વિકાર થયો છે.

ઉપરની હકીકતની સત્યતા સિદ્ધ કરવા માટે ડોક્ટર કુન્હેએ પોતાના અનુભવનું એક ઉદાહરણ આપ્યું છે. તે લખે છે કે, “એક લશ્કરી આધિકારી દવા કરાવવા માટે મારી પાસે આવ્યો. તેના જ્ઞાનતંતુ છેક બગડી ગયા હતા. પોતાના જ્ઞાનતંતુમાં વિકાર થયો છે એ પોતાની માનસિક અસ્વસ્થતાનું ખરું કારણ છે એવી તેની પક્ષી ખાત્રી હતી. તે કારણ બતાવીને રજા મેળવવા માટે સર્ટિફિકેટ લેવા તે પલટણના ડોક્ટર પાસે ગયો. પણ ડોક્ટરે તેને સર્ટિફિકેટ અથવા પ્રમાણપત્ર આપ્યું નહિ. ડોક્ટરનું કહેવું એવું હતું કે તેને કાંઈ થયું નથી. ફક્ત તેને બરાબર પાચન થતું નથી, જેના પરિણામે તેનું મન અસ્વસ્થ રહે છે, અને તેથી તેને જ્ઞાનતંતુના રોગની બ્રાન્તિ થઈ છે. મહા મહેનતે પ્રમાણપત્ર (સર્ટિફિકેટ) મેળવીને તે મારી પાસે આવ્યો. મેં તેના પર હમેશ મુજબ ઉપચાર કર્યા, અને તેમાં મને યશ મળ્યો.”

અહિં સુધી જીના વૈદ્યક સંબંધી વિચાર કર્યો, હવે આપણે “હોમીયોપેથી” સંબંધી વિચાર કરીએ.

વિના કારણ ઝેરી અને ગંધાતી દવાઓ ગળામાં રેડીને રોગ મટાડવાનો દાવો કરનારી જીના વૈદ્યકની પદ્ધતિ કરતાં “હોમીયોપેથી” ધણી રીતે સારી છે. આ પદ્ધતિમાં દવાનું પ્રમાણ એટલું સૂક્ષ્મ હોય છે કે દવાઓમાં કયાં કયાં તત્વો મળેલાં છે, એ રસાયન શાસ્ત્રીઓથી પણ સમજી શકાતું નથી. રોગીના આહાર સંબંધી “હોમીયોપેથી” ના જે નિયમ છે તે કુન્હેના “નવીન ચિકિત્સા શાસ્ત્ર” ને સંમત છે. પરંતુ કયો આહાર વધારે ફાયદાકારક છે, એ વિષે “હોમીયોપેથી” માં નક્કી નીયમ કરેલો નથી. અને તે પદ્ધતિ પ્રમાણે અતિ સૂક્ષ્મ પ્રમાણમાં આપેલી દવા પણ કોઈ કોઈ વાર શરીરપર અનિષ્ટ પરિણામ લાવે છે. એ આ પદ્ધતિનો દોષ છે, એમ કુન્હે કહે છે.



હોમીયોપેથીની ધણી બાબતો જુના વૈદ્યકનેજ અનુસરતી છે. ફક્ત દવા આપવાની “હોમીયોપેથી” ની પદ્ધતિ જુદી છે. દવા ધણી સૂક્ષ્મ પ્રમાણમાં આપીએ તો તેનો વધારે ફાયદો થાય છે એ નવો શોધ હોમીયોપેથીએ કર્યો છે. જે પ્રમાણે પાણીની વરાળ કરીને તેને સૂક્ષ્મ-રૂપ આપીએ તો તેનાવડે મોટાં મોટાં યંત્રો ચલાવી શકાય છે, પરંતુ એ શક્તિ સ્થૂળ પાણીમાં હોતી નથી, તેજ પ્રમાણે દવાઓ સૂક્ષ્મ પ્રમાણથી આપીએ તો તેના વડે તુકશાન ન થતાં ફાયદો જલ્દી થાય છે, એવો હોમીયોપેથીનો સિદ્ધાંત છે. ઔષધ આપવાના કામમાં જૂના વૈદ્યકના કેટલાક દોષ કમી કરીને હોમીયોપેથીએ સુધારણા કરી છે, એમ કહેવાને કાંઈ અડચણ નથી. પરંતુ રોગના નિદાન સંબંધી જોઈએ તો “હોમીયો પેથી” જુના વૈદ્યકથી પણ ઉતરતી છે, એમ કહેવું પડે છે. કારણ જૂના વૈદ્યક પ્રમાણે એમાં હજારો રોગ માન્યા છે, અને તે દરેક રોગ પર અનેક ઔષધો છે. વળી તે રોગનાં સર્વ લક્ષણો જોઈને તે પ્રમાણે ઔષધ અપાય તોજ ઔષધનો ગુણ લાગે છે નહિ તો સર્વ પ્રયત્ન નિષ્ફળ જાય છે. આ સિવાય રોગનાં સર્વ લક્ષણો જોઈને તેને જે ઔષધ લાગુ પડે તેજ ઔષધોનું વ્યાજબી તેટલુંજ પાણીનું મિશ્રણ (ડીલ્યુશન) તૈયાર કરવું એ કામ એટલું ભાંજગડતું અને કઠણ છે કે તે કામ કરનારને પોતાના કામમાં પૂર્ણતા મેળવવા માટે ધણી માથાફાડ અને અતિશય મહેનત કરવી પડે છે. ધણીઓને હાથે તેનો શ્રમ ન થવાથી તેમનું જ્ઞાન અપૂર્ણ રહે છે. અને બિચારા ભોળા લોકોને વિના કારણ દસાવવાનું તેમને પાપ લાગે છે.

રોગ મટાડવાની બીજી પદ્ધતિ “મેસ્મેરિઝમ” છે. મેસ્મેરિઝમથી રોગ મટાડવાનો પુરો અભ્યાસ કર્યો હોય એવો કોઈ ડૉક્ટર આપણા તરફ જણાતો નથી. પરંતુ ફ્રાન્સ, અમેરિકા વિગેરે દેશોમાં “પ્રાણવિનિમય” કે મેસ્મેરિઝમથી રોગ મટાડવાનાં સ્વતંત્ર દવાખાનાં છે. જુની વૈદ્યક પદ્ધતિ અને “હોમીયોપેથી” કરતાં મેસ્મેરિઝમમાં એ સુધારણા છે કે તેને રોગ શું છે, એ પારખવાની જરૂર પડતી નથી. કારણ સર્વ રોગો ઉપર તેનો એકજ ઉપાય છે. તે ઉપાય એજ કે ઉપચારકે પોતાના શરીરમાંની વીજળી રોગીના શરીરમાં દાખલ કરવી. આ પદ્ધતિમાં એક ખામી એ છે કે એના પ્રયોગ સર્વ રોગીઓ ઉપર લાગુ પડતા નથી. સેંકડે દસ રોગીઓ ઉપર એ પ્રયોગોનું સાફ પરિણામ આવે છે, અને બાકીના નેત્રુ ઉપર વધતું ઓછું પરિણામ થાય છે. “મેસ્મેરિઝમ” કરનારા વિદ્યાયકની વિદ્યુત શક્તિનો રોગી ઉપર પૂર્ણ અમલ બેસે તો તરત ગુણુ પડે છે. પણ એવું ધણી વખત બનતું નથી.

પહેલી બે પદ્ધતિઓ કરતાં આ ત્રીજી પદ્ધતિ એક બાબતમાં સારી છે, તે એ કે આ પદ્ધતિમાં હજારો રોગની ભાંજગડ નથી. કારણ રોગોની સંખ્યા વધારે હોય તો તે પ્રમાણે તેનાં ઔષધો પણ જુદી જુદી જાતનાં વધારે જોઈએ, અને તેમાંથી રોગને લાગુ પડતું ઔષધ ન હોય તો ભૂલ થવાનો અને દરદીને તુકશાન થવાનો સંભવ રહે છે. “મેસ્મેરિઝમ” અથવા પ્રાણ-વિનિમયમાં એકજ ઉપચાર હોવાથી ઔષધોની ભૂલચૂક થવાની ભાંજગડ રહેતી નથી.

જે નવીન પદ્ધતિ વિષે અહિં વિવેચન કરવાનું છે, તે પદ્ધતિમાં કશી ભાંજગડ નથી. સર્વ રોગોનું કારણ એક છે. અને આપણને જે અનેક પ્રકારના રોગ જણાય છે તે સર્વ એકજ રોગનાં જન્યાં જૂઠાં રૂપ છે, એ આ પદ્ધતિનું મૂળતત્ત્વ છે. જે પ્રમાણે બ્રહ્મ એક છે, પરંતુ ઉપાધિ ભેદથી અનેક રૂપે દેખાય છે તે પ્રમાણેજ સર્વ રોગની સ્થિતિ છે. અને જે પ્રમાણે કુન્દેએ સર્વ રોગોનું આદિ કારણ એવો એકજ મૂળ રોગ માન્યો છે, તે પ્રમાણે સર્વ રોગોપર તેનું ઔષધ

પણ એકજ છે. એ ઔષધ પાણી છે. આ સિવાય સહિના જીવ માત્રને આરોગ્ય રાખવાના કારણરૂપ હવા. અન્નવાળું, સૂર્ય પ્રકાશ, વિગેરે જે સાધનો છે તે સાધનોનો આ પદ્ધતિમાં વિશેષ ઉપયોગ થાય છે. “મુખ્ય પરીક્ષા શાસ્ત્ર”નો ડૉ. કુન્હેએ જે ગ્રંથ લખ્યો છે, તેનો અભ્યાસ કરવામાં આવે તો, તે શાસ્ત્રની મદદથી આ પદ્ધતિએ રોગ ધણા જલ્દી મટાડી શકાય છે. આ પદ્ધતિની બીજી ખૂબી એ છે કે, બીજી પદ્ધતિઓ પ્રમાણે રોગ સંપૂર્ણ બહાર જણાઈ આવે ત્યાં સુધી ઉપચાર કરવાને માટે વાટ જોતા બેસવાની જરૂર પડતી નથી. શરીરમાં રોગનો પગ પેસારો થયો કે તરત તે મુખ્યર્થપરથી જણાઈ આવે છે. મુખ્યપરીક્ષાને અભાવે કદાચ રોગ ઓળખાઈ આવે નહિ તોપણ સર્વ રોગોપર એકજ ઉપાય હોવાથી ઉપાયની યોજના કરતાં કંઈ અપાય થતો નથી. એટલુંજ નહિ પણ શરીરમાંના રોગનાં બીજ શરીરમાંથી સમૂળાં નિકળી જાય છે. ડૉક્ટરોની વિદ્યા પ્રમાણે રોગ સમજાઈ આવે ત્યાં સુધી તેને બળવાન થવા દેખને દુઃસાધ્ય થતા સુધી વાટ જોતા બેસવું પડતું નથી. વધારે ખૂબીની વાત એ છે કે રોગીને પોતાને રોગ થયો છે એવું જણાતા પહેલાં મુખ્ય પરીક્ષા શાસ્ત્રની મદદથી ઉપચાર કરનાર રોગ ઓળખી શકે છે, અને તેનો ઉપાય કરી શકે છે. મુખ્ય પરીક્ષા શાસ્ત્રનું આપણને જ્ઞાન હોય તો રોગનાં લક્ષણો કેવાં હોય છે, રોગ કયા ભાગમાં થયો છે, વિગેરે કંઈ પુછવાની આપણને જરૂર પડતી નથી. ફક્ત ચહેરો, અને ગળું જોવાથી ચિકિત્સાને માટે જરૂરની લગભગ સર્વ વાતોનું જ્ઞાન થાય છે. વૈદ્યોની પેઠે નાડી જોવી પડતી નથી, ડૉક્ટરોની પેઠે નળી (સ્ટેથોસ્કોપ) ની જરૂર રહેતી નથી, તેમજ ગમે ત્યાં જઈને રોગની પરીક્ષા કરવા માટે બારાખંધ હથીઆરો પણ સાથે ફેરવવાં પડતાં નથી. અવલોકન કરવા માટે માત્ર આંખ સંગાથે લેઈ જવી જોઈએ એટલે પરીક્ષા કરવા માટે બીજા કશાની જરૂર રહે નહિ. સ્ત્રીઓના રોગમાં ડૉક્ટરો પાસે દવા લેવા જતાં તેમને મર્યાદા છોડી પોતાનો દેહ બતાવવો પડે છે. તેમ ન કરે તો રોગની ખરાબર પરીક્ષા થાય નહિ, અને કેટલીક—લગભગ સર્વ હિંદુ સ્ત્રીઓને—પોતાના ગુહ્યાયવો બતાવવા એ તેમને મરણ કરતાં પણ વધારે ખરાબ લાગે છે. આ નવી પદ્ધતિમાં એવી કશી પીડા હોતી નથી. ફક્ત ચહેરો જોઈનેજ રોગની પરીક્ષા થાય છે. એટલે સ્ત્રીઓને માટે આ પદ્ધતિ એક આશીર્વાદ રૂપ છે એમ કહીએ તો તે ખોટું નથી. આ પદ્ધતિની બીજી એક જાણવા જેવી બાબત એ છે કે તેના સર્વ ઉપાય સહેલા અને થોડા ખર્ચમાં થતા હોવાથી હરકોઈ માણસ તેનો લાભ લેઈ શકે તેમ છે.

હવે આપણે મુખ્ય વિષય તરફ વળીએ:—

પોતાની પ્રકૃતિ નિરોગ છે કે નહિ, એ ઘણાજ થોડા લોકો સમજે છે. કારણ નિરોગી હોવાનું લક્ષણ શું છે એ ઘણાઓને ખબર હોતું નથી. એક જણ કહે છે કે “મારું શરીર તદ્દન નિરોગી છે. માત્ર થોડોક વાયુનો વિકાર છે. બીજો કહે છે કે “મારા ફક્ત જ્ઞાનતંતુ જરા બગડ્યા છે. અને તેથી કોઈ વાર મગજનો ત્રાસ થાય છે, નહિ તો મારી તબીયત પૂર્ણ નિરોગી છે.” આ પ્રમાણે બોલનારા લોકોને એમ લાગતું જણાય છે કે, જેમનો એક બીજ સાથે સંબંધ ન હોય, અથવા જેનો એક બીજ ઉપર પરિણામ થતો ન હોય એવા જુદા જુદા ભાગ અથવા અવયવો મળીને શરીર બનેલું છે. જુની વૈદ્યક પદ્ધતિઓનો પણ એવોજ મત હોય એમ લાગે છે. કારણ કોઈ અવયવ અથવા શરીરના એક ભાગને રોગ થયો હોય તો વૈદ્ય ડૉક્ટરો બીજા અવયવ કે સર્વ શરીરની અવસ્થાનો વિચાર ન કરતાં ફક્ત તેટલા ભાગ પુરતોજ ઔષધોપચાર કરે છે. એમ કરવું તદ્દન ભૂલભરેલું છે. જુદા જુદા જે અવયવ મળીને આપણું શરીર થયું છે

તેનો એક બીજા સાથે એટલો નિકટ સંબંધ છે અને તે એવું એકરૂપ છે કે શરીરના એક ભાગમાં, અથવા એક ઇન્દ્રિયને રોગ થતાં આખા શરીરપર—સર્વ ઇન્દ્રિયોપર—તેનું પરિણામ થવું જોઈએ. આમ બનવું તદ્દન સ્વાભાવિક છે, એ વાત હર કોઈ સમજી શકશે. દાખલા તરીકે આપણી દાઢમાં જો સણુકો આવતો હોય તો આપણને અન્નપાણી રચતાં નથી. તેજ પ્રમાણે આપણા કોઈ નખમાં જો એકાદ ફાંસ વાગે તોપણ એવું જ પરિણામ થાય છે. પેટમાં દુઃખતું હોય તો આપણાથી કોઈ કામ થઈ શકતું નથી. તેજ પ્રમાણે શરીરના કોઈ પણ ભાગમાં રોગ થાય, તો તેથી આપણી પ્રકૃતિમાં તત્કાળ અસ્વાસ્થ્ય ઉત્પન્ન થયા વગર રહેતું નથી. શરીરમાં જ્ઞાનતંતુ ચારે તરફ પ્રસરેલા હોવાથી તરતજ આવું પરિણામ આવે છે. એથી એક રોગ થતાં તેની પાછળ પાછળ બીજા રોગ આવતાજ હોય છે. જો પહેલાં થયેલો રોગ બરાબર નિર્મૂળ થાય તો બીજા રોગોનો રસ્તો બંધ થાય છે. પણ જો તેમ ન થયું ને એ એક રોગ શરીરમાં ઘણા દિવસ રહ્યો તો તેના વડે શરીરપર બીજાં પણ અનિષ્ટ પરિણામ થાય છે, અને તે ઘણા દિવસ રહે છે. પરિણામ શું થયું એ સર્વથી સમજી શકાય એવું હોતું નથી. આપણી સર્વ ઇન્દ્રિયો પોત પોતાના વ્યવહાર આપણને કાંઈ પણ વેદના, કાંઈ પણ ત્રાસ, કે કાંઈ પણ અસ્વસ્થતા ઉત્પન્ન કર્યા વગર ચલાવતી હોય, અને તેમનો આકાર સ્વાભાવિકરીતે હોવો જોઈએ તેવોજ હોય તોજ આપણે નિરોગી છીએ એમ સમજવું. નિરોગી માણસના સર્વ અવયવોનો આકાર તેમને જે નિયમિત કામો વહેંચી આપ્યાં છે તે કામ કરવાને સગવડ પડતો હોવો જોઈએ. અર્થાત નિરોગી માણસના અવયવ પ્રમાણયુક્ત અને સુંદર હોવા જોઈએ. કાંઈ માણસના અવયવ વાંકા ચુંકા કે પ્રમાણ બહારના હોય તો સમજવું કે તે મનુષ્યની પ્રકૃતિમાં કાંઈક દોષ છે; અવયવોનો સ્વાભાવિક આકાર કેવો હોય છે, અને મનુષ્ય પૂર્ણપણે નિરોગી હોય તો તેનો આકાર કેવો હોય છે, એ સમજવાને માટે કેટલાક પૂર્ણ નિરોગી માણસોનો આકાર આપણે બરિકાઈથી જોઈને લક્ષમાં રાખવો જોઈએ. મુશ્કેલી એ છે કે આવા પૂર્ણ નિરોગી અથવા તંદુરસ્ત માણસો મળવા દુર્લભ છે, એટલે હાલ મળી શકે તેવાઓમાંના નિરોગી લોકના શરીરની ઉંચાઈ અને તે ઉંચાઈના પ્રમાણમાં તેમની જડાઈ તેમજ અવયવોનું પ્રમાણ જોઈને બીજા રોગી લોકો સાથે તેમની સરખામણી કરવી. અને શરીર તથા અવયવોનો સ્વાભાવિક આકાર શરીરના બિનબિન પ્રમાણ પ્રમાણે જુદા જુદા માણસોનો કેવો હોવો જોઈએ એ ઠરાવવું. આ સિવાય બીજો ઉપાય નથી.

શરીરમાં વિકાર હોય તો આકારમાં કેવો ફેર પડે છે, એનાં ઉદાહરણો હરકોઈના અનુભવમાં હોય છે, મેદ ઘણો થવાથી જેમનાં શરીર વાયડાં અને ડુલેલાં થયાં છે, મેદની ઉત્પત્તિ જોઈએ તે કરતાં ઓછી હોવાથી જેમનાં શરીર સુકલકડી બની ગયાં છે, અને સંધીવાથી જેમના સાંધા સુજેલા છે એવાં મનુષ્યોને સર્વેએ જોયાં હોય છે. વ્યાજબી કરતાં વધારે જડા અને છેકજ સુકલા માણસોને રોગીઓના વર્ગમાં દાખલ કર્યાં છે, એ જોઈને આશ્ચર્ય પામવાનું નથી. કારણ પ્રકૃતિમાંના કાંઈ દોષથીજ એ પરિણામ થયું હોય છે. ઉપર કહ્યા તે રોગથી આકૃતિમાં થનારો ફેરફાર જેટલો સ્પષ્ટપણે જણાઈ આવે છે, તેટલો કેટલાક રોગોમાં સ્પષ્ટ જણાતો નથી. પણ પ્રત્યેક રોગમાં ચહેરા અને આકૃતિ થોડી ઘણી બદલાય છેજ. નિરોગી માણસનો ચહેરા અને સ્વરૂપ કેવું હોય એ હરકોઈ માણસ થોડું ઘણું સમજી શકે છે. કોઈ માણસ ઘણે દિવસે મળે અને વચ્ચે તેની પ્રકૃતિમાં વિકાર થયો હોય તો તેને જોતાની સાથેજ તેના ચહેરા ઉપરથી તે માણસની પ્રકૃતિ ઠીક ન હોવી જોઈએ એવું આપણે જાણીએ છીએ. પરંતુ ચહેરા પર કયો કયો, ક્યો ઠેકાણે



અને કયા પ્રમાણમાં ફેર પડ્યો છે એ આપણે બારિકાઈથી કહી શકતા નથી. પરંતુ ફેર પડ્યો છે એ આપણને જણાઈ આવે છે એ નક્કી છે. આ ઉપરથી શરીરમાં વિકાર થતાં રૂપમાં ફેર પડે છે, એ વાત નિર્વિવાદ સિદ્ધ થાય છે, જુદા જુદા માણસોના જુદા જુદા અવયવોમાં ભિન્ન ભિન્ન વિકાર થતાં ચહેરાપર કેવો ફેરફાર થાય છે, એ જાણવા માટે ઘણા રોગીઓની સ્થિતિ અવલોકીને કુન્હેએ મુખમુદ્રા ઉપરથી રોગપરીક્ષા કરવાનું એક શાસ્ત્ર કહાડ્યું છે. આ શાસ્ત્ર સંબંધી વિશેષ માહિતી આગળ આવશે. પોતાની પ્રકૃતિ નિરોગ છે કે નહિ, એ જાણવાનાં બીજાં કેટલાંક સાધન આપણી પાસે છે કે નહિ એ વિષ હવે વિચાર કરીએ.

શરીરને અત્યંત મહત્વની એવી મુખ્ય ઇન્દ્રિય જોઈએ તો શ્વાસોચ્છ્વાસ કરવાની ઇન્દ્રિય (ફેફસાં) અને પચનેન્દ્રિય છે. આ બેઉમાં પચનેન્દ્રિયનું મહત્વ બહુ વધારે છે, કારણ ફેફસાં બગડવાનું કે તે સુજવાનું મૂળ કારણ ખોરાક પાચન કરનાર અવયવોની ક્રિયા બરાબર ન ચાલે એ હોય છે, એથી આપણી પ્રકૃતિ રોગી છે કે નિરોગી છે એ આપણી પાચનક્રિયા કેવી ચાલે છે, એ જોતાં સમજી શકાય એવું છે. જેમને ઉત્તમ રીતે અન્ન પાચન થતું હોય તે લોકો નિરોગી હોવા જોઈએ. પણ ઉત્તમ પ્રકારનું અન્ન પાચન કોને કહેવું એ ઘણાજ થોડા લોક સમજે છે. અન્ન પાચનનાં ઉત્તમ લક્ષણો આગળ કહેવામાં આવશેજ. ખરું જોતાં જેમને ઉત્તમ રીતે અન્ન પાચન થતું હોય એવા ઘણાજ થોડા લોકો નજરે પડે છે. એવા માણસો તેજ છે કે જેમને કંઈ પણ રોગ ન થતાં પૂર્ણ ટક્કાવસ્થા પામી જેઓ મરણ પામે છે. આવા માણસો ઘણા થોડા હોય એમાં આશ્ચર્ય જેવું કંઈ નથી. કારણ આપણા પેટપર વધારે બોળે લાદીને પચનેન્દ્રિયનો આપણે એટલો દુરુપયોગ કરીએ છીએ કે, એટલો દુરુપયોગ બીજી કોઈ પણ ઇન્દ્રિયનો ભાગ્યેજ થતો હશે. ખાવા પીવાના કામમાં આપણે વારંવાર અતિરેક અને ગાંડપણ કરીએ છીએ. એથી પાચનક્રિયા બગડે છે. આવી રીતે પાચનક્રિયા બગાડવી એ આપણે પોતાને હાથે આપણા શરીરમાં રોગનો પાયો નાંખવા જેવું છે. કારણ સર્વ રોગોનું મૂળ કારણ અપચો છે, એ આગળ જણાવ્યું છે. આવા પ્રકારની અવસ્થાનો ક્યારે આરંભ થાય છે, એની ચેતવણી આપણને આપણી પ્રકૃતિ તરફથી મળે છે. ઓડકાર અને ઘચરકાં આવવાં, પેટ ચઢવું, નળમાં વાયુ ભરાવો, બંધકોશ થવો વગેરે પાચનક્રિયા બગડવાનાં ચિન્હો છે. આ ચિન્હ જણાવા છતાં આપણે તેને ગણકારતા નથી. જ્યારે એના તરફથી આપણને વધારે ત્રાસ થાય છે ત્યારે આપણી શુદ્ધિ ઠેકાણે આવે છે, અને એ વાતનો વિચાર કરવા લાગીએ છીએ. આટલી સ્થિતિએ પહોંચતાં આપણા શરીરમાં પાચનક્રિયા બરાબર ચાલે છે કે નહિ એ સમજવું તદ્દન બની શકે એવું, અને તેની રીત ઘણીજ સહેલી તથા ખાત્રી ભરી છે, જે દારથી મળ બહાર પડે છે તે દારની રચના એવી છે કે, જે રીતે અન્ન પાચન થવું જોઈએ તે રીતે બરાબર થતું હોય તો તે દાર મળત્યાગ કરતાં મળને લીધે ખિલકુલ ગંદુ થતું નથી. અર્થાત્ યોગ્ય રીતે અન્નનું પાચન થયું હોય તો મળ એટલો ઘટ્ટ અને બંધાયેલો છતાં પોચો અને સુંવાળો નીકળે છે કે જરાએ મળદારને ચોંટી રહેતો નથી. ઝાડો થયા પછી જ્યારે જ્યારે મળદાર અસ્વચ્છ રહે ત્યારે ત્યારે આપણે સમજવું કે યોગ્ય રીતે અન્ન પાચન થયું નથી. જંગલમાં ખુદી હવામાં ફરનારાં નિરોગી જનાવરોને મળ વિસર્જન કરતાં તેમનું મળદાર કંઈ પણ ગંધ ન મારતાં નિર્મળ રહે છે. બકરી, ગાય, ઘોડા, વગેરેનાં આવાં ઉદાહરણ આપણે જાણીએ છીએ. તેમજ જે જનાવરોનું મળદાર મળ-વિસર્જન પછી સ્વચ્છ રહેતું નથી, તે જનાવર રોગી હોય છે, એ પણ આપણને તપાસ કરતાં જણાશે. જનાવરોને જે મળદાર સ્વચ્છ રાખવા પાણીની જરૂર પડતી નથી તો માણસોને તેની શ્રદ્ધા માટે ખાસ જરૂર પડવી જોઈએ? આપણી પ્રકૃતિ જનાવરો જેટલી નિરોગી નથી એજ કારણ

છે. શહેરની ઝોંધાયલી હવામાં રહેતાં જે જનાવરોને આપણે ગમે તે પદાર્થ ખવડાવીએ છીએ, અને સૃષ્ટિકર્મનું ઉદ્ધવન કરીને આપણે તેમની પાસે રાત્રે દિવસે ગમે તે વખતે કામ કરાવીએ છીએ, તેવાં જનાવરોની સ્થિતિ જંગલમાં રહેતાં અને ઘાસ વગેરે ખાતાં જનાવરોથી જુદી હોય છે. શહેરમાં રહેતાં જનાવરોનાં મળદાર જંગલનાં જનાવરોના જેટલાં સ્વચ્છ રહેતાં નથી. શહેરની બાકુતી ગાડીયોના ઘોડાઓની અને બળદોની સ્થિતિ જેમણે જેઈ હશે, તેમને ખબર હશે કે, આવા ઘોડાઓના મળમાં કેટલી દુર્ગંધ હોય છે, અને મળત્યાગ પછી તેમનાં મળદાર કોઈ કોઈ વાર કેટલાં અસ્વચ્છ રહે છે. આ ઉદાહરણો ઉપરથી એવું સિદ્ધ થાય છે કે, જેમની પ્રકૃતિ સંપૂર્ણ નિરોગી હોય તેનો મળ એવી સ્થિતિમાં બહાર પડવો જેમણે કે તેનાથી મળદાર ગંધ ન મારતાં સ્વચ્છ રહે. જેની શરીર સ્થિતિ આવી હોય તે માણસ પૂર્ણ નિરોગી હોવો જેમણે. પછી તે દિવસમાં કેટલાએ વખત શાય જાઓ. મળ વિસર્જન પછી જે માણસનું મળદાર એટલું સ્વચ્છ રહે કે તેને પાણી કે બીજા કશાની જરૂર જણાતી ન હોય તે માણસે એમકક પ્રતિજ્ઞા પર કહેવું કે મારી પ્રકૃતિ તદ્દન નિરોગી છે.

નિરોગી પ્રકૃતિનાં ઉપર કહેલાં લક્ષણ જેને લાગુ પડતાં હોય તે માણસને બાગ્યવાન સમજવો જેમણે. નિરોગી માણસને હમેશાં સ્વાભાવિક આનંદ અને ઉદ્ધાસ જણાય છે. કોઈ પણ કામ કરતાં તેને હમેશાં ઉત્સાહ રહે છે. પોતાને શરીર છે એ વાત તેને સાંભરતીએ નથી. શરીર તરફથી તેને બિલકુલ ત્રાસ પહોંચતો નથી. થાક લાગતા સુધી કામ કે મહેનત કરતાં તેને આનંદ ઉપજે છે, અને થાક લાગતાં વિશ્રાંતિ લેવાથી તેને ધણું સુખ ઉપજે છે. બાહ્ય કારણોથી ત્રાસ શીકર કે દુઃખ ઉત્પન્ન થતાં તે સહન કરવું તેને વધારે મુશ્કેલ પડતું નથી. મનમાં અતિશય દુઃખ અથવા શોક થયો હોય તો ભોલી બાળનારો શોક આંસુરૂપે બહાર પડતાં તેના અંતરનો અગ્નિ ઓછો થઈ જાય છે. શોક થતાં આંસુ આવે એ તદ્દન દુર્બળપણાનું અથવા અધીરતાનું લક્ષણ છે એમ સમજવું એ ભૂલ છે. આંસુ એ ક્રોધ થયેલા મનના શાંતવનનો સ્વાભાવિક ઉપાય છે. શરીરનાં દુઃખો અથવા વ્યવહારની ક્ષિત્તિ એથી નિરોગી મનુષ્યનું મન છેક ડગમગ થઈ જતું નથી. કારણ સંકટમાંથી નિકળી જવાનું સામર્થ્ય પોતાનામાં છે એવી તેના મનમાં ઉમેદ હોય છે. સ્ત્રી નિરોગી હોશે તો તે હમેશાં આનંદી વૃત્તિથી રહેશે અને છોકરાંનું પાલન તથા ઘરકામ કરવામાં તેને ઉત્સાહ રહેશે, સ્વપ્નમાં તે સાધારણ હશે તો તે ખોટા આરોગ્યથી આવનારી સતેજતાથી પુરાઈ જશે. આવા નિરોગી પ્રકૃતિના જેડાને નિરોગી, હૃષ્ટપુષ્ટ અને બળવાન બાળકો હોય તો તે કુટુંબના સુખની અવધિજ નથી. આવા કુટુંબમાં ક્ષિત્તિ, કળ્યા, કંકાસને ધણુંખંડ જગાજ મળશે નહિ.

### પ્રકરણ ૩ નું.

રોગની ઉત્પત્તિ શાથી થાય છે ? જ્યારે શાથી ઉત્પન્ન થાય છે ?

પ્રત્યેક માણસનો નિરોગી અવસ્થાનો એક સ્વાભાવિક આકાર કરેલો હોય છે. તે આકારમાં ફેરફાર થાય એટલે તે મનુષ્યની પ્રકૃતિમાં કંઈ વિકાર થયો છે એમ સમજવું. પ્રકૃતિમાં ફેરફાર થાયતે પ્રમાણે અહેસ પર ફેરફાર થાય છે, એ આમળ જણાવ્યું છે. આપણને અહેસ અને ણા પર જે ફેરફાર જણાય છે, તેજ પ્રકારનો પરંતુ મોટો પ્રમાણ પર પેદા અને નિવંધન

ભાગપર થયેલો હોય છે. વિઝ્ઞાતીય દ્રવ્ય પ્રથમ પેટમાં ભરાય છે, પછી વધતાં વધતાં તે મ્હોં ઉપર અને ગળાપર આવે છે. વળી એવો નિયમ છે કે પેટના ડાયા કે જમણા ભાગમાં જે પ્રમાણે વધતું ઓછું વિઝ્ઞાતીય દ્રવ્ય ભરાયું હોય તેજ પ્રમાણે તે ચ્હેરાના ડાયા અથવા જમણા ભાગપર વધારે ઓછા પ્રમાણમાં જણાય છે. વિઝ્ઞાતીય દ્રવ્ય પ્રથમ જ્યારે ચ્હેરાની પાસેના ભાગમાં આવે છે ત્યારે તે સ્નાયુમાંના પોલા ભાગમાં ભરાવા માંડે છે. ત્યાં તે ભરાય એટલે ચામડી જરા ઉપસી આવે છે. એ ઉપસી આવેલા ભાગ ઉપરથી વિઝ્ઞાતીય દ્રવ્ય ભરાયલું છે એ જાણી શકાય છે. આટલી હદ સુધીની સ્થિતિ હોય ત્યાં સુધી વિશેષ ખંડીવા જેવું નથી, પરંતુ જ્યારે વિઝ્ઞાતીય દ્રવ્ય એટલું વધે છે કે સ્નાયુમાંના લાલ ભાગને ઢાંકી નાંખી સ્નાયુની આસપાસની ચામડી નીચે તેના થરના થર બાકે છે, ત્યારે રોગની ઉત્પત્તિ થવાની સ્થિતિ થાય છે. વિઝ્ઞાતીય દ્રવ્ય એટલું ભરાયું એટલે તેના ગોળાને ગોળા આપણા ચ્હેરા પર અને ગળા પર નજરે પડે છે. એ રીતે ગોળા અથવા થર ગળા અને ચ્હેરા પર જણાવા લાગે એટલે પેટમાં તે તે બાબતે એવી વધારે મોટા વિઝ્ઞાતીય દ્રવ્યના થર બંધાયલા છે એવું ખાત્રીથી સમજવું. એવી વખતે પેટ ઢાલી જોતાં આપણા હાથને પેટની ચામડી નીચે બંધાયલા વિઝ્ઞાતીય દ્રવ્યના ગોળાને ગોળા જણાશે. કારણ પહેલું પેટમાં વિઝ્ઞાતીય દ્રવ્ય ભરાયા વગર મ્હોં ઉપરના ભાગમાં તેની ઉત્પત્તિ થવી અશક્ય છે. રોગ ઉત્પન્ન થઈને જ્યારે શરીર પાતળું પડવા માંડે છે તે વખતે પણ ચ્હેરા ઉપર ઓખું લોહી અને માંસ ઘણુંમઠ્ઠ લોપ થઈને તેની જગાએ વિઝ્ઞાતીય દ્રવ્ય આવેલું નજરે પડે છે.

જે પ્રમાણે ચ્હેરા પરના વિઝ્ઞાતીય દ્રવ્યનો વધારો જોઈને રોગની પરીક્ષા કરી શકાય છે, તે પ્રમાણે ઘણા રોગમાં ચામડીનો રંગ જોઈને બરાબર પરીક્ષા કરી શકાય છે. ડૉ. કુન્હેના “ સુખ પરીક્ષા શાસ્ત્ર ” માં આ સંબંધી વિશેષ માહિતી આપી છે. એવો પ્રશ્ન કરવામાં આવે કે શરીરમાં અથવા ચ્હેરાપર ફેરફાર કરનાર દ્રવ્ય રોગનું કારણ છે એવું માનવાનો શો આધાર છે? એ દ્રવ્યનો શરીરને કાંઈ ઉપયોગ હશે તો? પ્રથમ રોગ થયા પછી વિઝ્ઞાતીય દ્રવ્ય ભરાય, અથવા વિઝ્ઞાતીય દ્રવ્ય ઉત્પન્ન થાય એટલે તે રોગનું કારણભૂત બને? એ વિષે પણ કેટલાકને શંકા થવાનો સંભવ છે. પણ એ શંકા બરાબર નથી. કેમકે આપણને જણાઈ આવે છે કે, વિઝ્ઞાતીય દ્રવ્ય સાધારણ રીતે શરીરની એક બાબતે બીજી બાબત કરતાં વધારે ભેગું થાય છે. આ બાબત તે જે પડખે આપણે વધારે વાર સુધી રહીએ છીએ તે છે. જે પ્રમાણે બીજા બધા પદાર્થો ગુરુત્વાકર્ષણથી નીચે પડે છે, તે પ્રમાણે વિઝ્ઞાતીય દ્રવ્ય પણ શરીરના નીચાણના ભાગ તરફ જઈને ભરાય છે. જે બાબતના ભાગમાં એ દ્રવ્ય વધારે ભરાયલું હોય છે, તેજ બાબત તરફ પ્રથમ કોઈપણ વિકારનો આરંભ થાય છે. આ ઉપરથી વિકારનું કારણ આ દ્રવ્ય છે, એ સિદ્ધ થાય છે. આ સિવાય આપણે એ પણ જોઈએ છીએ કે, એ બાબતની સામેની બાબતના ભાગપર કેટલાક રોગો કદી થતા નથી.

ઉપર કહેવામાં આવ્યું એ ઉપરથી એટલી વાત સિદ્ધ થાય છે કે માંસ, લોહી, વગેરે જે પદાર્થોનો દેહ બનેલો છે, તે પદાર્થો પૈકીનો કોઈ પદાર્થ આ દ્રવ્ય નથી. અર્થાત્ આ દ્રવ્ય શરીરથી જુદીજ વસ્તુ ( વિઝ્ઞાતીય ) મળરૂપ છે. અને એનાથી શરીરને પોષણ વગેરે રૂપે કાંઈપણ ફાયદો થતો નથી. કારણ જે પદાર્થથી શરીરનું પોષણ થાય છે, અને જે આગળ જતાં શરીરનો ભાગ બને છે, તે પદાર્થ ગુરુત્વાકર્ષણના નિયમને અનુસરીને નીચે ઠરી બેસતા નથી. કારણ જે તેમ થતું હોત તો શરીરમાંના લોહી વગેરેનો ઘણો મોટો જથ્થો પગમાં ભરાઈ તે સુષી જાત

અને મગજ જેવો શરીરનો ઉંચેનો ભાગ લોહી વગર ખાલી પડી જતો; પરંતુ આપણે જાણીએ છીએ કે તેમ બનતું નથી. માત્ર વિજ્ઞાતીય દ્રવ્યોનો કચરોજ પૃથ્વીના આકર્ષણને લીધે નીચેના ભાગમાં જઈ રહે છે.

વિજ્ઞાતીય દ્રવ્યને બહાર કાઢી નાંખવા શરીર યત્ન કરે છે, એ ઉપરથી પણ સિદ્ધ થાય છે કે એ દ્રવ્ય શરીરનો અંગભૂત ભાગ નથી. એવું દ્રવ્ય બહાર કાઢી નાંખતાં શરીરને અતિશય પરસેવો છુટે છે, અથવા શરીરપર ફેફસીઓ ડુટી નીકળે છે, કે શરીરપર ચાંદાં પડે છે. એ ઉપાગ્રે દ્વારા વિજ્ઞાતીય દ્રવ્ય બહાર કાઢી નાંખવા શરીર કોશીલ કરે છે. આ સાધનો દ્વારા શરીરમાંનું સર્વ અપાયકારક દ્રવ્ય નીકળી જાય એટલે રોગ નષ્ટ થાય છે અને શરીરને આરામ થાય છે.

આ ઉપરથી સિદ્ધ થાય છે કે શરીરમાં વિજ્ઞાતીય દ્રવ્ય હોય એ રોગનું લક્ષણ છે, ત્યારે હવે રોગની વ્યાખ્યા “શરીરમાં રહેલું વિજ્ઞાતીય દ્રવ્ય (કચરો અથવા મળ)” એવી કરવાને હરકત જણાતી નથી. આવા પ્રકારના વિજ્ઞાતીય દ્રવ્યનો શરીરમાંથી નિકાલ કરતાં રોગ નાશ પામે અને શરીરને સ્વાભાવિક આકાર તથા રૂપ પ્રાપ્ત થાય તો આપણી વ્યાખ્યા બરાબર છે એમ કહેવાને હરકત નથી. રોગથી મુક્ત થયેલા અનેક રોગીઓનાં ઉદાહરણ લેઈને આગળ એ વાત સિદ્ધ કરી બતાવવામાં આવશે.

વિજ્ઞાતીય દ્રવ્ય કેવું હોય છે, અને તે શરીરમાં શી રીતે ઉત્પન્ન થાય છે, એનો હવે આપણે વિચાર કરીએ.

બહારના પદાર્થ શરીરમાં જવાના બે માર્ગ છે: એક નાક અને બીજું મોઢું. નાકમાં થઈને ગયેલા પદાર્થ ફેફસાંમાં જાય છે અને મોઢાંમાંથી ગયેલા પદાર્થ પેટમાં જાય છે. આ બેઉ દારમાં કોઈનુકશાનકારક પદાર્થ જવા પામે નહિ એટલા માટે ઈશ્વરે તેનાપર દારપાળ કે પહેરેગીર મૂક્યા છે. એ પહેરેગીરો પોતાનું કામ ઘણીવાર ઉત્તમ પ્રકારે બજાવે છે, પણ કોઈ કોઈ વાર તેઓ ભૂલ કરે છે. અને શરીરને નુકશાનકારક પદાર્થ પહેરેગીરને ધક્કો મારીને અંદર પેસે છે. જે પદાર્થ પર સ્વાભાવિક રીતે રૂચી થાય છે અને જેનો સ્વાભાવિક સ્વાદ સારો છે, એવા પદાર્થ જ્યાં સુધી આપણે સેવન કરીએ છીએ ત્યાં સુધી નાક અને મોઢાં આગળના પહેરેગીરો પોતાનું કામ ધિમાનથી કરે છે; પરંતુ જ્યારે સ્વાભાવિકપણે ગંધાતા એવા માંસાદિક પદાર્થોમાં આપણે બીજા પદાર્થો ભેળી તેમાં કૃત્રિમ સ્વાદ ઉપજાવી ખાવાની ટેવ પાડીએ છીએ, અથવા મધ જેવા સ્વભાવતઃ અરૂચીકર પદાર્થો ઉંધ અથવા કેફ લાવવા માટે જોર જબરાઈથી મોઢામાં રેડીએ છીએ, ત્યારે તેના પહેરેગીરો બેશુદ્ધિથી ચાલવા માંડે છે, અને તેમને હાથે બરાબર કામ થતું નથી. કારણ ખરાબ પદાર્થોની તેને ટેવ પડી જાય છે, અને તેવા પદાર્થો તરફનો તેનો અણુગમે નષ્ટ થાય છે. એટલે પછી તેનાથી શત્રુ અને મિત્રની બરાબર પરીક્ષા થઈ શકતી નથી. તમાકુ પીનારને તમાકુની ધુણીની દુર્ગંધ લાગતી નથી, માંસ વિગેરે ખાનારને માંસની દુર્ગંધી વધારે આવતી નથી, એ વગેરે દાખલાઓથી ઉપરની વાતની ખાત્રી થાય છે.

અનેક પ્રકારના નુકશાનકારક અને ગંધાતા પદાર્થ ખાઈને આપણી જીભ આપણે જેટલી વટાળેલી છે તેટલું નાક વટાળેલું નથી. માંસ વગેરે અમંગળ અને ગંધાતા પદાર્થ મોઢામાં ભાવથી ખાનારા જેટલા લોકો મળશે તેના સોમા ભાગના લોક પણ ગંધાતી હવામાં સુખ માનનારા-નિદ્રાન દુઃખ ન માનનારા-મળવાના નથી, એથી એમ ખાત્રી થાય છે કે ધણીઓની રસનેદ્રિય કરતાં ઘણું દ્રિય (નાક) સારી સ્થિતિમાં રહી છે. અને નુકશાનકારક પદાર્થ દૂર કરવાની સૂચના આપતું કામ તેના તરફથી સારી રીતે થાય છે.

વાજમી કરતાં વધારે અન્ન ખાધને, અથવા તે પચાવવા માટે મઘાદિ ઉત્તેજક પદાર્થ લધને આપણે આપણા પેટ પાસે નકામી મહેનત કરાવીએ છીએ. એનું પરિણામ શું થાય છે તે બરાબર બતાવવા માટે આપણે એક ઉદાહરણ લઈએ. ધારો કે, એક ભાર વહેનાર ઘોડામાં પાંચ મણુ ભાર ઉપાડી જવાની શક્તિ છે, પણ તેના પર ત્રણ મણુ ભાર વધારે નાંખવામાં આવે અને પાછળથી ચાખુકા લગાવવામાં આવે, તો ના છુટકે ઘોડો ચાલે, ને તે ચાલે છે એ જોઈને તેનો માલિક તેનાપર સાત મણુ ભાર નાંખવાનું નક્કી કરે, તો તેનું શું પરિણામ થાય? મારની બીતિથી પહેલાં તે ઘોડો કેટલાક દહાડા એ ભાર વહેશે, પણ ધીમે ધીમે તેની શક્તિ ઓછી થઈ જશે, અને તેનાથી એ સાત મણુ ભાર વહી શકશે નહિ: એટલુંજ નહિ પણ પહેલાંનો પાંચ મણુ ભાર વહેવાની પણ તેનામાં શક્તિ રહેશે નહિ. વધારે ભાર નાંખવાથી તે ઘોડાની શક્તિ કમી થઈ ગઈ છે, અને તેની પીઠ સુજી ગઈ છે, એવું આપણને જણાશે. બરાબર એજ પ્રમાણે આપણા જઠરની સ્થિતિ થાય છે. ઘોડાને ચાખુકા મારીને દોડાવવો અને મઘાદિ પેયથી પેટ પાસે અન્નપચનનું કામ કરાવવું, એ બેઉ તદ્દન સરખાં છે. મઘાદિ પદાર્થોથી ઉત્તેજિત થઈને ભારે, નુકસાનકારક અને હદ ઉપરાંત ખાધેલો ખોરાક પ્રથમ પેટ પચાવશે, પણ એ ક્રમ વારંવાર ચાલુ રાખવાથી તેની પાચનશક્તિ ઉત્તરોત્તર કમી થતી જશે. આ રીતે તખીયત બગડવાની શરૂઆત થાય છે, પણ આ ફેરફાર એટલો ધીમે થાય છે કે ઘણા દિવસ સુધી આપણને તે જણાઈ આવતો નથી. કોઈ કોઈ વાર હસ અથવા વીસ વર્ષ પછી આવી રીતે થયેલો બાગાડ જણાઈ આવે છે.

આવી રીતે જે માણસની પાચનક્રિયા બગડી છે, એવા માણસે આહારનું પ્રમાણ કેટલું રાખવું એનો સર્વને સરખો લાગુ પડે એવો નિયમ દરાવી શકતો નથી. સર્વ કોઈ માત્ર એટલું લક્ષમાં રાખે કે, પ્રમાણ ઉપરાંત ખાધેલું અન્ન ઝેર જેવું છે, તો બસ છે. માણસ ગમે તેટલો અશક્ત હોય તોપણ નિયમીત પ્રમાણ ઉપરાંત તે જેટલું અન્ન ખાશે તે સર્વ તેને ઝેરની પેટે નુકસાનકારક થયા વગર રહેશે નહિ. અને જો એ વિષ મળરૂપે નિકળી જશે નહિ, તો તે વિઝતીય દ્રવ્ય રૂપે શરીરમાં ભરાઈ રહેશે, અને રોગ ઉત્પન્ન કરવામાં કારણભૂત થશે. માટે ખાવા પીવામાં મધ્યમપણું જાળવવું એજ આરોગ્ય રક્ષણનો મુખ્ય માર્ગ છે.

વિઝતીય દ્રવ્યની શરીરમાં શી સ્થિતિ થાય છે એ હવે જોઈએ. શરીરનાં જે મળદાર છે તે મળદારો વાટે એ દ્રવ્ય બહાર કાઢી નાંખવા શરીર યત્ન કરે છે. નાકમાંથી નિકળતા ઉચ્છ્વાસ વાટે ફેફસાં એ પદાર્થ હવા રૂપે બહાર કાઢી નાંખે છે. આંતરડાં મળરૂપે કાઢે છે. મુત્રાશય મુત્ર-રૂપે કાઢે છે અને ચામડી પરસેવા રૂપે એ કચરાને બહાર કાઢી નાંખે છે. એ રીતે આપણે કરેલા દોષથી આપણને નુકસાન ન થાય માટે આપણું શરીર પ્રયત્ન કરે છે; પણ જ્યારે આપણે એક પછી એક શુન્ધા કરતા જઈએ છીએ, ત્યારે તે નિરૂપાય થઈ પડે છે. ખાવા પીવાના અવિ-ચારીપણાથી પેદા થયેલું સર્વ રોગજનક દ્રવ્ય જ્યારે મળમુત્ર છત્યાદિ દ્વારા પુરેપુરું બહાર કાઢી નાંખી શકાતું નથી, ત્યારે તેમાંનો કેટલોક ભાગ શરીરમાં વિઝતીય દ્રવ્ય અથવા કચરારૂપે બાકી રહી જાય છે. આવા કચરામાંથી લોહી તૈયાર થતું નથી. અર્થાત્ તેનો શરીરના પોષણના કામમાં ઉપયોગ થતો નથી: એટલુંજ નહિ પણ તેને લીધે રૂઢિરાશિસરણને પણ હરકત થાય છે અને રૂઢિ-રાશિસરણ વગર જરૂરથી અન્ન પચાવી શકાતું નથી, એટલે આ દ્રવ્યથી પાચનશક્તિ પણ કમી થાય છે. અર્થાત્ આ પદાર્થ અનેક પ્રકારે શરીરને નુકસાનકારક નીવડે છે. આ વિઝતીય દ્રવ્ય



શરીરમાં અનેક ઠેકાણે ભરાય છે. પરંતુ વિશેષે કરીને મળદારોની આસપાસના ભાગમાં વધારે ભરાય છે. એ પ્રમાણે એક વખત શરીરમાં આ દ્રવ્યનો સંચય થયો એટલે પછી ઝખ્ખટામંધ તેનો વધારો થવા લાગે છે.

શરીરમાં મળનો વધારો થાય એટલે પછી શરીરની બાહ્ય આકૃતિમાં ફેરફાર થવાની શરૂઆત થાય છે. પહેલાં એ ફેરફાર ચાલુ સૂક્ષ્મ અવલોકન કરનાર દક્ષ માણુસજ સમજી શકે છે. આ ફેરફાર થાય, એટલે તે માણુસની પ્રકૃતિમાં વિકાર થયો છે એમ સમજવું. એ વિકાર કોઈ પ્રત્યક્ષ રોગરૂપે નજરે પડવો અથવા ગુપ્ત રીતે શરીરમાં રહેવો એ બીજાં અનુકુળ પ્રતિકુળ કારણોપર આધાર રાખે છે. શરીરમાં ગુપ્ત રીતે રોગ રહે તો તેનો વધારો એવા સૂક્ષ્મ પ્રમાણમાં થતો રહે છે કે તે તે રોગીને પણ ધણા દિવસ સુધી જણાઈ આવતો નથી પોતાને પહેલાં પ્રમાણે બૂખ લાગતી નથી, પહેલાંના જેટલી શરીરમાં શક્તિ નથી અને પોતાનાથી અગાઉના જેવો અભ્યાસ, વાંચન વગેરેનો માનસિક શ્રમ કરી શકતો નથી, એવું જણાય એટલે પોતાને કોઈ વિકાર થયો હોવો જોઈએ એવી તેને શંકા ઉપજે છે, અને થોડાજ દિવસમાં તેની ખાત્રી થાય છે કે પોતાની પ્રકૃતિ બગડી છે. જ્યાં સુધી આધારણ રીતે ઝાંડા સાફ ઉતરે, અને બીજાં મળદારો મળ બહાર કાઢતાં રહે ત્યાં સુધી તેને વધારે ત્રાસ થતો નથી, પરંતુ જ્યારે મળદારો તરફથી એ કામ બહુ અનિયમીત રીતે થવા લાગે છે, ત્યારે પોતાની પ્રકૃતિને ઔષધોપચાર કરવામાં નહિ આવે તો મોટી પીડા વેઠવી પડશે એવું તેને લાગે છે.

પ્રથમ વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય પેટમાં મળદારો પાસેના ભાગમાં ભંગુ થઈને પછી તે ગળુ, માથું વગેરે ભાગમાં જવા માંડે છે.

ગળાનો ભાગ બીજા અવયવોથી ન્હાનો હોવાને લીધે ત્યાં જો થોડું દ્રવ્ય ભરાય તો પણ તેથી થયેલો ફેરફાર તરતજ જણાઈ આવે છે. ડોકું ડાબી અથવા જમણી તરફ વાળતાં જે બાજુ વધારે તણાતી લાગે અથવા જે બાજુ વધારે કડણુ લાગે તે બાજુએ થઈને વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય માથા ઉપર અને મ્હોંના ભાગમાં ચઢ્યું છે એમ સમજવું.

ધણા લોકો જન્મથી નિરોગી હોતા નથી. તેમના શરીરમાં જન્મથીજ માથાપો તરફથી વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય આવેલું હોય છે, માટે શરીરમાં વિજ્ઞતીય દ્રવ્યનો કચરો નવો ભરાવાથી તેમના રૂપ અને આકારમાં જે ફેર પડે છે, તે રહેજ નેવામાં આવતો નથી. જેમના શરીરમાં જન્મથી વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય ભરાયું ન હોય એવા લોકોના શરીરમાં વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય ભરાવા માંડે એટલે રૂપ અને આકારમાં થતા ફેરફારથી તરતજ તે જણાઈ આવે છે. ન્હાનાં બાળકોના રોગ તરીકે ઓળખાતા ઓરી, બળીયા, અછમડા, રતવા વગેરે રોગ હમણાં હમણાં બાળકોમાં વધારે થાય છે, તેનું કારણ એ છે કે તેમના શરીરમાં જન્મથીજ વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય આવેલું હોય છે; તેથી તેમને નીકળતા એ રોગ તે ખરૂં જોતાં શરીરમાંથી વિજ્ઞતીય દ્રવ્યરૂપી વિષ કાઢી નાખવાનો કુદરતનો પ્રયત્ન છે. વિજ્ઞતિય દ્રવ્ય પ્રથમ પેટમાં ઉત્પન્ન થાય છે, અને ત્યાંથી તે આખા શરીરમાં પ્રસરવા માંડે છે. શરીરમાં એ દ્રવ્ય ભેગું થવા માંડે એટલે કોઈ કોઈ વાર શરીર પુષ્ટ થતું જણાય છે; પરંતુ એ પુષ્ટતા શક્તિની નહિ, પણ ફોફ અથવા વા હોય છે. એવી સ્થિતિમાં શરીરને ખરેખરી પુષ્ટતા પ્રાપ્ત થતીજ નથી. કારણ માંસ, રક્ત વગેરેથી જે જગાં ભરાવી જોઈએ, તે આ કચરાથી પુરાઈ ગયેલી હોય છે અને આ કચરો કે મળ શરીરમાં હોવાથી અન્નપચન તથા શરીરપોષણ પણ બરાબર થતું નથી.

શરીરમાં વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય ભેગું થયા પછી કેટલોક વખત તેમનેતેમ બરાઈ રહે છે; પરંતુ અનુકુળ કારણો મળવા માંડે છે, તેમ તેમ એ દ્રવ્યનું રૂપાંતર થતું જાય છે. એ રૂપાંતર એટલે, જે રજકણોનું એ વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય બનેલું હોય છે, તે રજકણોનું પૃથક્કરણ થઈને તેનાથી નવા મિશ્ર પદાર્થ તૈયાર થવો એ છે.

એ પ્રમાણે શરીરમાંનું વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય બદલાવા કે રૂપાંતર પામવા માંડે એટલે તેમાં સૂક્ષ્મ જંતુ ઉત્પન્ન થાય છે. લોટમાં છાશ મેળવી પાતળું કરી કેટલોક વખત રાખી મૂકીએ, તો તે લોટ રૂપાંતર પામે છે તે આપણે જાણીએ છીએ. એવી રીતે રૂપાંતર પામતો લોટ જેમ ટુલે છે, અને તેનું કદ વધે છે, તે પ્રમાણે વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય રૂપાંતર પામે એટલે માણસનો આકાર વધે છે, અને તે મોટા થાય છે. રૂપાંતર પામેલું વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય ટુલે છે અને તેમાં પૃથક્કરણની ક્રિયા ચાલુ હોવાથી તેનાં પરમાણુઓમાં હલનચલન ચાલતું હોય છે, એ કારણથી તે વિજ્ઞતીય દ્રવ્યોના ઘટક ભાગ એક બીજા પર અને આસપાસના ભાગપર પ્રસરે છે. એ ધર્મણુથી ઉષ્ણતા ઉત્પન્ન થાય છે. સિવાય પદાર્થમાં રૂપાંતરની ક્રિયા ચાલતાં જે ઉષ્ણતા હમેશાં ઉત્પન્ન થાય છે, તે ઉષ્ણતા એમાં ઉમેરાય છે. અર્થાત્ શરીરની સ્વાભાવિક ઉષ્ણતામાં આ વિજ્ઞતીય દ્રવ્યના રૂપાંતરથી થતી ઉષ્ણતા ઉમેરાય છે.

જે કારણથી પદાર્થ રૂપાંતર પામે છે, તેના વિરૂદ્ધ કારણોનું પરિણામ તે પદાર્થ પર પહોંચે, એટલે રૂપાંતર થતું બંધ થઈને તે પદાર્થ પૂર્વાવસ્થાની સ્થિતિએ પહોંચે છે. દાખલા તરીકે, હીમાલય ઉપરનો બરફ, સૂર્યના તાપથી ઓગળે છે અને તેનું પાણી થાય છે, એ પાણીને વધારે ઉષ્ણતા લાગે એટલે તેની વરાળ થાય છે. વરાળને વાતાવરણના ઉચ્ચ પ્રદેશની હવાની ઠંડી લાગે એટલે તે જરા ઘટ્ટ થઈને તેનું વાદળ બાજે છે, ને એ વાદળને વધારે ઠંડી લાગે એટલે તેનું પાણી થઈને વરસાદ પડે છે. જે પ્રદેશમાં વધારે ઠંડી હોય છે તે ઠેકાણે પાણી ઠરી જઈને તેને બરફ થાય છે. એ પ્રમાણે પ્રથમ વધતી જતી ઉષ્ણતાથી, અને પછી વધતી જતી ઠંડીથી પાણીનાં જુદાં જુદાં રૂપાંતર થયાં. વધતી જતી ઉષ્ણતાથી બરફનું પાણી અને પાણીની વરાળ થઈ અને વધતી જતી ઠંડીથી વરાળનું વાદળ, વાદળનું પાણી અને પાણીનો બરફ થયો. આ ઉદાહરણ ઉપરથી સમજાશે કે, જે કારણથી પદાર્થનાં રૂપાંતર થાય છે, તેના વિરૂદ્ધનાં કારણોથી તે પદાર્થને અસલ સ્થિતિએ લાવી શકાય છે. એથી જે કારણથી વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય શરીરમાં ઉત્પન્ન થઈને તેનું રૂપાંતર થાય છે, તેના વિરૂદ્ધ કારણોનું પરિણામ શરીરપર પહોંચ્યાડીએ તો તે રૂપાંતર પામેલું વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય પૂર્વાવસ્થાને પ્રાપ્ત થાય છે ને તેનો નાશ થાય છે—શરીરમાંથી તે નિકળી જાય છે.

પદાર્થ રૂપાંતર પામે એટલે તેમાં એક પ્રકારના (ધણા સૂક્ષ્મદર્શક યંત્રથી જણાય છે એવા) જંતુ ઉત્પન્ન થાય છે એવું આગળ જણાવવામાં આવ્યું છે. એ જંતુઓ બહારથી શરીરમાં જાય છે, કે શરીરમાં આપોઆપ ઉત્પન્ન થાય છે, એ તકરાર સાથે અહીં કંઈ સંબંધ નથી. એટલુંજ માત્ર જાણવું જરૂરનું છે કે, એ જંતુઓના જીવનને માટે જરૂરના હોય એટલા કહોતા પદાર્થ શરીરમાં હોવા સિવાય તેની ઉત્પત્તિ થતી નથી, તેમજ બહારના દાખલ થયેલા જંતુઓ ત્યાં જીવી શકતા નથી.

એવું કહોવાણું એટલે વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય શરીરમાં હોય અને તેને અનુકુળ પરિસ્થિતિ કે કારણો મળે એટલે તેનું રૂપાંતર થવા માંડે છે. એ અનુકુળ કારણો તે હવામાં એકાએક થનારા

ફેરફાર, (ધણી ઠંડી હવાનો વધારો કે ઉષ્ણ હવાનો વધારો) જે અન્ન પેટમાં રૂપાન્તર પામવા જેવું હોય અને જે પેટમાં વાજળી કરતાં વધારે વખત રહે તેવું અન્ન, કોષ, અતિશય ભીતિ, તીવ્ર શોકાવેગ વગેરે માનસિક વિકારો એ છે.

પ્રથમ પેટમાંથી વિજ્ઞાતીય દ્રવ્ય રૂપાન્તર પામવાની શરૂઆત થાય છે તે વખતે કોષ કોષ વાર ઝાડો થવા લાગે છે, ને મળરૂપે વિજ્ઞાતીય દ્રવ્યનો નિકાલ થઇજઇને રોગનું કારણ નષ્ટ થઇ જાય છે; પણ તેમ ન થતાં જે મળ રોકાઈ જાય છે, તે રૂપાન્તર ક્રિયા ચાલતી રહી આખા શરીરમાં વિજ્ઞાતીય દ્રવ્ય પ્રસારે છે. આપણે એક બાટલી પાણીથી ભરીએ અને તેમાં સોડા તથા ટાઈરીક એસીડનું મિશ્રણ નાંખીએ તો તેમાં ઉભરો ચઢી પાણી બહાર નીકળવા માંડે છે, તે પ્રમાણે શરીરમાં રૂપાન્તર પામતા વિજ્ઞાતીય દ્રવ્યનો જે મળદ્વારે નિકાલ થાય નહિ, તો તે ઉભરાણે ચઢેલું વિજ્ઞાતીય દ્રવ્ય પેટમાંથી ઉઘે ગળુ, મ્હોં, માથું વગેરે ભાગમાં ચઢવા માંડે છે. એથી પ્રકૃતિમાં વિકાર થતાં તેનું પરિણામ પ્રથમ મસ્તક વગેરે શરીરના ઉપરના ભાગમાં જણાવા માંડે છે, ને આપણું માથું ડુઝવા લાગે છે. રૂપાન્તરની ક્રિયાથી ઉત્પન્ન થનારી ઉષ્ણતાને લીધે શરીરની ગરમી વધે છે ને એ વધેલી ગરમીથી તાવ આવે છે. એ રીતે તાવની ઉત્પત્તિ થાય છે. તેથી શરીરમાં વિજ્ઞાતીય દ્રવ્ય બરાચલું હોય અને ઝાડો સાફ ઉતરે નહિ, પેસાળ ખરાબર થાય નહિ, ચામડીનાં છિદ્ર પુરાઇ જવાથી ખરાબર પરસેવો આવે નહિ અને શ્વાસોચ્છ્વાસની ક્રિયા ખરાબર ચાલે નહિ, ત્યારેજ તાવની ઉત્પત્તિ થાય છે એમ સમજવું.

કેટલાકનું માનવું એવું છે કે બહારથી અમુક પ્રકારના સૂક્ષ્મ જંતુ શરીરમાં દાખલ થાય એટલે તાવ પેદા થાય છે, પણ ડૉક્ટર કુન્હે કહે છે કે એ મત ખરો નથી, એ નીચેના ઉદાહરણ પરથી જણાઇ આવશે. છાશમાં પલાળેલો ઝીણો લોટ એક વાસણમાં છલોછલ ભરી કેટલાક દિવસ રાખી મુકીએ તો તેમાં ઉભરણુ ચઢેલું જણાઈ આવશે. એ ઉભરાતો લોટ સૂક્ષ્મદર્શક ચંત્રથી તપાસી જોઇએ તો તેમાં આપણને સૂક્ષ્મ જીવ પડેલા જણાઈ આવે. એ જીવ કેવળ આસપાસની હવામાંથીજ તે લોટમાં પડેલા હોય છે એમ નહિ, પણ તે લોટમાં ઉભરણુ ચઢવાથી એ જીવ આપોઆપજ લોટમાંથીજ ઉત્પન્ન થાય છે. ડૉક્ટર કુન્હેનોજ આવો મત છે એમ નહિ, પણ પાઉચેટ વગેરે શાસ્ત્રજ્ઞોનો મત પણ એવોજ છે કે બહારના જંતુઓનું ખીજ અંદર ન જતાં કેટલાક પદાર્થોમાં આપોઆપ સૂક્ષ્મ જીવોની ઉત્પત્તિ થાય છે. રૂપાન્તરની ક્રિયાથી લોટનું સ્વરૂપ પણ બદલાય છે. આ દાખલામાં રૂપાન્તર પામેલા લોટ પ્રમાણે આપણે ખાધેલા અન્નનું ખરાબર પચન ન થવાથી તેમાં વિકાર થાય છે અને તેને લીધે સૂક્ષ્મ જંતુ ઉત્પન્ન થાય છે. તાવ આવતાં લોહીમાં જે સૂક્ષ્મ જંતુઓ દૃષ્ટિએ પડે છે તેની ઉત્પત્તિ ઉપર ખતાબ્યા પ્રમાણે વિજ્ઞાતીય દ્રવ્યના રૂપાન્તરથીજ થાય છે.

પદાર્થ રૂપાન્તર પામવાનું કારણ શું છે, એનો હવે આપણે વિચાર કરીએ. ખીર અને ખીજ દારૂ ઉભરાઈ ન જાય માટે તેનાં પીપ નીચેના ઠંડકવાળા ઝોરડામાં રાખવામાં આવે છે. કારણ એ છે કે ધરના નીચેના ભાગની હવા બહારના વાતાવરણમાં ફેરફાર થવા છતાં વધારે બદલાતી નથી, ને તેથી બહારની હવાના ફેરફારનું પરિણામ આ રીતે રાખેલા દારૂ ઉપર પહોંચતું નથી. જેમ ઉષ્ણ હવાથી ખીર ઉભરાય છે, તે પ્રમાણે હવામાં ઉષ્ણતા હોય એટલે આપણા શરીરમાંનાં વિજ્ઞાતીય દ્રવ્ય જલ્દી ઉભરાવા માંડે છે.



જર્મની, ઇંગ્લંડ વગેરે ઠંડા મુલક કરતાં હિંદુસ્તાન, આફ્રિકા વગેરે ઉષ્ણ હવાના પ્રદેશમાં જવર આદિ અલ્પકાળ ટકનાર રોગ જન્મી હોય છે, અને ઇંગ્લંડ વગેરે ઠંડી હવાના પ્રદેશમાં સંધિવાત, ગંડમાલ ઇત્યાદિ લાંબા વખત સુધી ટકનારા રોગ હોય છે, એમ આપણને જણાય છે. એનું કારણ એ હોય છે કે ઉષ્ણ હવાના પ્રદેશમાં હવામાં ફેરફાર વારંવાર અતિશય થાય છે. એવી સ્થિતિ ઠંડી હવાના પ્રદેશમાં હોતી નથી. ઉદાહરણ માટે, ગરમ દેશોમાં પુષ્કળ ફેકાળે દિવસે ૧૦૦ ડિગ્રી ઉષ્ણતા હોય છે, અને તેજ રાતે ૪૫ ડિગ્રી હોય છે, એટલે એકજ દિવસમાં એ વખતની હવામાં ઉષ્ણતાના પ્રમાણમાં ૫૫ ડિગ્રીનો અંતર હોય છે. પરંતુ ઠંડી હવાના પ્રદેશમાં રાત્રિ અને દિવસની હવામાં ૨૨ ડિગ્રી કરતાં વધારે અંતર પડતો નથી. ઇંગ્લંડ, જર્મની વગેરે દેશમાં વસંતઋતુની હવામાં દિવસ અને રાત્રિની હવાના ઉષ્ણમાનમાં હમેશ કરતાં જન્મી અંતર પડવાને લીધે તે દિવસોમાં તાવના આજ્ઞર બહુજ હોય છે. નાના બાળકોને ગોવડું, મુળછી, બળીયા વગેરે જે રોગ થાય છે, તે વાસ્તવિક નવીન ઉત્પન્ન થએલા રોગ ન હતાં, શરીરમાંના વિષમય કિંવા નુકશાનકારક વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય કાઢી નાખવા માટે તેમના શરીરમાં થતો પ્રયત્ન એજ છે. એવી રીતે રોગનાં બીજ શરીરમાંથી કાઢી નાખવાનું સ્વાભાવિક સામર્થ્ય નાના બાળકોમાં હોવાથી, અને તેમની નાણુક પ્રકૃતિ ઉપર હવાના ફેરફારનાં પરિણામ જલદી થતાં હોવાના કારણથી તેમને ગોવડું, બળીયા, મુળછી વગેરે રોગ જન્મી થાય છે.

આગળ ઉદાહરણમાં બતાવી ગયા પ્રમાણે બાટલીમાં પાણીની કિંવા સડેલા (ખટાઇ આવેલા) લોટની જે સ્થિતિ થાય છે તેજ સ્થિતિ આપણા શરીરમાં થાય છે. વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય પ્રથમ પેટમાં બેગાં થાય છે, અને હવાના ફેરફારથી કિંવા શરીરપર કોઇ જાતનો પ્રહાર થવાથી, કિંવા ક્રોધ પ્રકારની ઇજાથી અથવા દુઃખ, ચિંતા, આનંદ વગેરે માનસિક કારણોથી, એ વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય સડવા લાગે છે. ઉદાહરણમાં બાટલીમાં ઉભરો આવેલા પાણી પ્રમાણે એ સડનારાં કિંવા કહોનારાં દ્રવ્ય ઝૂલે છે, અને ચારે તરફ પથરાવા લાગે છે. એ દ્રવ્ય ફેલાતાં ફેલાતાં ચામડીમાં આવી ભરાવાથી જો તેને બહાર જવાને માર્ગ ન મળ્યો, કિંવા પરસેવારૂપે એ દ્રવ્યનો નિકાલ થયો નહીં, તો તેને ત્વચાનો પ્રતિબંધ થવાથી તેના પરમાણુમાં (સડવાની ક્રિયાથી) ગતિ ઉત્પન્ન થાય છે અને તે દ્રવ્ય ત્વચા, સ્નાયુ, વગેરે શરીરના ભાગ ઉપર ધસાય છે. એવા પ્રકારના ધર્મણથી ઉષ્ણતા ઉત્પન્ન થઇ તેના યોગથી ત્વચા અને સર્વ શરીરને દાહ થાય છે, તેજ દાહને આપણે જવર કહીએ છીએ. સર્વ પ્રકારના જવરમાં ઉપર કહ્યા પ્રમાણે પ્રથમ ક્રિયા થાય છે, અને તેને લીધે શરીરની ઉષ્ણતા વધે છે.

મનુષ્ય તાવનો આજ્ઞરી હોય ત્યારે તેનું અંગ અને વિશેષે કરી તેનું મોઢું ઝૂલેલું હોય છે, એનું કારણ ઉપરના વિવેચનથી લક્ષમાં આવ્યું હશે. રખરની માફક ત્વચામાં ખેંચાયાથી લાંબા થવાનો શુણ્ણ હોવાને લીધે તેમાં રહેલાં વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય સડવાથી ઝૂલે છે, અને તેનો ત્વચા ઉપર દાબ પડવાથી, ત્વચા પણ ઝૂલે છે અને તેથી સર્વ શરીર કિંચિત ઝૂલેલું જણાય છે. જે વખતે જવરમાં પરસેવારૂપે આ દ્રવ્યને બહાર જવાનો માર્ગ મળતો નથી ત્યારે, એ દ્રવ્ય શરીરમાં પુરાઇ રહેવાથી અતિશય ઉષ્ણતા ઉત્પન્ન થાય છે, અથવા જવર અતિશય વધે છે. પરસેવો આવી આ વિષમય દ્રવ્યનો નિકાલ થઇ જાય તો શરીર જે જરા ઝૂલેલું હોય છે તે મટે છે, અને તાવ પણ ઉતરે છે. પરસેવો જો આવતો નથી તો બિચારો રોગી સ્વર્ગની વાટ પકડે છે.

ઉપર જે બાટલીનું ઉદાહરણ આપ્યું છે તે સર્વ વાતે શરીરની સ્થિતિને મળતું નથી. બાટલીના પાણીમાં જે ઉભરો આવે છે તે ઉભરાનું પાણી બાટલીના મોંઢામાંથી બહાર નીકળી જાય

છે. પરંતુ શરીરમાં તેમ થતું નથી. વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય બહાર જવા માંડ્યા છતાં તેને સેંકડો જગ્યાએ આપણા શરીરની ઇન્દ્રિયોથી અડચણ થાય છે. જે ઇન્દ્રિયોથી અથવા શરીરના ભાગ્યથી એ દ્રવ્યોને પ્રતિબંધ થાય છે તે ભાગમાં ઉષ્ણતા કિંવા ઠાંડ ઉત્પન્ન થાય છે, અને તે ઠાંડથી કોઈ કોઈ વખત તે ઇન્દ્રિયો ને ભાગનો નાશ પણ થાય છે. એટલે તેને ખોડ આવે છે, કિંવા તેમાં રોગ થાય છે. તે ભાગ પ્રમાણે તે રોગને નિરનિરાણાં નામો અપાય છે. શરીરમાં વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય ઉત્પન્ન થયા છતાં અમુક ઇન્દ્રિયે અમુક જાતનો રોગ થશે એ તે દ્રવ્ય જે ભાગ ઉપર પ્રથમ ભેગું થયું હશે, અને શરીરમાં જે ભાગમાંથી કિંવા જે માર્ગથી તે ફેલાવા લાગ્યું હશે તે ઉપર અવલંબી રહે છે. તાવ આવવા પહેલાં કેટલાક દિવસ આપણા શરીરને પવન લાગવાથી કમકમી આવે છે એનું કારણ એ હોય છે કે, જે વિજ્ઞતીય દ્રવ્યથી આપણને આગળ તાવ આવવાનો હોય છે, તે વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય શરીરમાં ભેગાં થવા લાગ્યાથી રૂધિરાભિસરણુ બરાબર થતું નથી. તેથી રક્તમાંથી ઉત્પન્ન થતી ગરમી કમી થઈ જવાથી ઠંડક લાગે છે. એ દ્રવ્ય શરીરમાં ભેગાં થવા લાગતાં કેટલાક વખત સુધી તે સ્વસ્થ (જરા પણ હલનચલન કે ઇચ્છા કર્યા શિવાય) રહે છે. પરંતુ આગળ કહી ગયા પ્રમાણે હવામાં ફેરફાર થવાથી, શરીરપર આઘાત કે ઇચ્છા થવાથી, કિંવા અતી આનંદ કે શોક ઇત્યાદિથી મન ઉત્તેજિત કે ક્રોધ થવાના કારણથી એ દ્રવ્ય સડવા લાગે છે. ત્યારને ત્રાજેલી સૂક્ષ્મ રક્તવાહિનીઓમાં એ દ્રવ્યનો સંચય થવાથી તેમાં રૂધિર બરાબર ફરી શકતું નથી, અને તે જગ્યાએ રૂધિરાભિસરણુ બરાબર ન થવાથી ત્યારા ઠંડી થઈ જાય છે, આ પ્રકારે રક્તની ઉષ્ણતા કમી પડી શરીરને કમકમીઓ આવે છે, એ આગળ જ્વર આવવાનાં સૂચક ચિન્હ છે. એ પ્રમાણે સર્વ રોગનો રાજા જે જ્વર તે પોતાનું આગમન આગળથીજ સુચવે છે. પરંતુ ઉપર પ્રમાણે જ્વર આવવાનાં સૂચક ચિન્હો થતાં આપણે યોગ્ય ઉપાય કરીએ તો આગળ આવનારા જ્વરને આપણે અટકાવી શકીએ.

આગળ કહી ગયા છીએ કે વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય કહોવા લાગ્યાથી તેમાં સૂક્ષ્મજંતુઓ પોતાની ભેજે ઉત્પન્ન થવા માંડે છે. પરંતુ એ પણ લક્ષમાં રાખવાનું છે કે, વિજ્ઞતીય દ્રવ્યની કહોવાની ક્રિયા બંધ થઈ, કિંવા તે દ્રવ્યનો શરીરમાંથી નિકાલ થયો એટલે એ સૂક્ષ્મ જીવો આપોઆપ નાશ પામે છે. વસ્તુ સ્થિતિ આની છતાં તાવના કારણભૂત એવા સૂક્ષ્મ જીવોનું ખીજ કેવળ બહારથી શરીરમાં ગયું એટલે સૂક્ષ્મ જીવ ઉત્પન્ન થાય છે, એમ કહેવું બરાબર થશે નહીં. એકવાર મળસંચય થયા પછી તેનો નાશ કરવા માટે જે જંતુની વૃદ્ધિ શરીરમાં થઈ તે રોગ થયો તે જંતુ મારી નાંખવા માટે ઔષધ આપવા કરતાં રોગખીજક જંતુના જીવનને આવશ્યક એવાં વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય તેજ પ્રથમ શરીરમાંથી કાઢી નાખવાં એ સારામાં સારો માર્ગ છે. જે પ્રમાણે જીંદગી ટકાવી રાખવાને પ્રાણી માત્રને અન્ન પાણીની આવશ્યકતા છે, તેજ પ્રમાણે રોગના કારણભૂત એવા સૂક્ષ્મજંતુની ઉત્પત્તિને વિજ્ઞતીય દ્રવ્યની આવશ્યકતા છે. અને જે પ્રમાણે પૃથ્વી ઉપર અન્નપાણી ન હોત તો પ્રાણી માત્રની ઉત્પત્તિ પણ ક્યાંથી થઈ હોત? તે પ્રમાણે શરીરમાં વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય ન હોત તો સૂક્ષ્મજીવની ઉત્પત્તિ પણ ક્યાંથી થનાર? રોગખીજક જંતુના જીવનને આવશ્યક જે વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય તે તેમના શરીરમાં ન હોવાથી તેમને સંસર્ગજન્ય રોગનાં ખીજ શરીરમાં જઈ રોગ થવાનો ભય જરા પણ રહેતો નથી. કોઈ પણ વાતનું મૂળ કારણ નહીં જેવું કરી નાંખવાથી, તે વાત આપોઆપ નહીં જેવી કેમ થાય છે, એ નીચેના ઉદાહરણથી સ્પષ્ટ જણાઈ આવશે. એકાદ ઝોરડાને આપણે સાત આઠ દિવસ ખીલકુલ વાળીએ ઝાડીએ નહીં, અને તેમાં કચરો કે પુંખો ભેગો થવા દેઈએ, અને તેમાંથી ખાળનું પાણી જવાનો માર્ગ ન છતાં આપણે તેમાં રોજ પાણી

જવા ઇધએ તો તેનું પરિણામ એ આવે કે, તે ઓરડીમાં કસારીઓ, વંદા, મચ્છર, કીડા, કાન-ખજુરા, વીંછી વગેરે અનેક જાતના જંતુઓ ઉત્પન્ન થશે. હવે એ ઓરડીમાંની ગંદકી દુર ન કરતાં કેવળ જંતુનાશક ઔષધોથી એ પ્રાણીઓના નાશ કરવા પ્રયત્ન કરીએ તો તેથી આપણે વધારે જય મેળવી શકીશું નહીં. કારણ તે જંતુઓ જે કે ઔષધોથી મરી જશે તોપણ, તે ઓરડીની ગંદકીને લીધે થોડીજ મુદતમાં ફરી તેવાં જંતુઓ ઉત્પન્ન થયા વીના રહેશે નહીં. રોજને રોજ તમે એવાં જંતુઓને મારી નાંખો તોપણ તેનાં ટોળાં ને ટોળાં ત્યાં આવવાનાંજ. આમ થવાનું કારણ શું હશે વાર ? એજ કે વંદા, કસારીઓ, ડાંસ વગેરે પ્રાણી ઉત્પન્ન થવાનું કારણ જ્યાં સુધી તે ઓરડીમાં હશે ત્યાં સુધી એ પ્રાણીઓને નિર્મળ કરવાનો ઉપાય વ્યર્થ છે. પરંતુ ઓરડીમાંની ગંદકી તમે કાઢી નાંખો કે તુરંતજ ખીંતે કશે ઉપાય કયાં સીવાય તે બધાં પ્રાણીઓ આપો આપ નાશ પામશે.

જે જગાએ ગંદકી હોય તે જગાએ ડાંસ, વંદા, કસારીઓ વગેરે પ્રાણી હમેશ હોય છે. પરંતુ જ્યાં આસપાસની જમીનમાં બાનાશ બીજકુલ હોતી નથી, એવા પ્રદેશમાં એ પ્રાણીઓ ઉત્પન્ન થતાં નથી, એ વાત હમેશ અનુભવમાં આવે છે, આપણે મચ્છરને મુદામ સ્વચ્છ અને મુક્કા ઉચ્ચ પ્રદેશમાં લેઈ જઈ છુટા મુકીએ તો ત્યાંથી તે આપોઆપ કેટલાક દિવસે જતા રહેશે. કારણ મચ્છરના જીવનના કારણનો નાશ થયો એટલે તે શી રીતે રહી શકે ?

સમશીતોષ્ણ કટિખંધ અથવા શીતકટિખંધના પ્રદેશ કરતાં જેમ ઉષ્ણકટિખંધ ( ઉષ્ણ હવાના ) ના પ્રદેશમાં પ્રાણીઓની અનેક જાતી અને પ્રકાર જનસ્તી પ્રમાણમાં નજરે આવે છે, તેજ પ્રમાણે ઠંડી અથવા સમશીતોષ્ણ હવાના પ્રદેશ કરતાં ઉષ્ણ હવાના પ્રદેશમાં જીવતાં જનાવરો મારી તેમના કિંવા મરેલાં જાનવરના માંસ ઉપર ઉપજીવિકા કરનાર પ્રાણી વધારે મળી આવે છે. ગિધ, કાગડા, સમળીયો, શીયાળ વગેરે મરેલા જાનવરનાં માંસ ખાનાર પ્રાણી યુરોપ કરતાં હિંદુસ્થાનમાં વધારે હોય છે. એ પ્રાણીઓનો સમૂળગો નાશ કરવા માટે ગમે તેટલો પ્રયત્ન કરવામાં આવે તોપણ તે વ્યર્થજ જવાનો. કારણ જ્યાં પુષ્કળ જાનવરો મરે છે, અને જ્યાં મરેલાં જાનવરોનાં શરીર ઉષ્ણ હવાને લીધે જલદી સડી કે કોઢી ઉડીને ગંધાવા માંડે છે, એવા ઉષ્ણ હવાના પ્રદેશમાં એવાં પ્રાણીઓની આવશ્યકતા છે. તેથી એવાં પ્રાણીઓને સૃષ્ટિકર્તા પરમેશ્વરે નિર્માણ કરી રાખેલાં છે. જે એ પ્રાણીઓ ન હોત તો આ દેશમાં મરેલાં પ્રાણીઓનાં શરીર કોઢી ગંધાઈ ઉડી હવા તદ્દન દુર્ગંધવાળી થઈ ગઈ હોત. આ ઉપરથી પણ સ્પષ્ટ થાય છે કે આવા દેશમાં ઉપર લખ્યા પ્રમાણે હવા ગંધાઈ ઉડવાનું કારણ જે ન હોત તો આવાં પ્રાણીની ઉત્પત્તિ પણ થવાનો સંભવ નહોતો.

આવા પ્રદેશમાં હિંસા કરનારાં, કિંવા મરેલાં પ્રાણીના માંસ ઉપર ઉપજીવિકા કરનારાં પ્રાણીનો જે આપણે નાશ કરવો હોય તો આ પ્રાણીઓનો સંહાર કરવાથી કંઈ લાભ નથી. કારણ એ પ્રાણીઓ જે જનાવરોના શરીરો ઉપર ઉપજીવિકા ચલાવે છે, તે પ્રાણીઓનો સમૂળગો નાશ કરવો જોઈએ. અર્થાત્ કારણ નહીં જેવું કરવાથી કાર્યનો પણ લોપ થવો જ જોઈએ.

આ ઉપરથી આપણને એ જણાઈ આવે છે કે, રોગનું કારણ જે સૂક્ષ્મ જંતુઓ મનાય છે, તેને મારી નાંખવા કે નાશ કરવાનાં ઔષધોથી કંઈ પણ વિશેષ ફાયદો થાય તેમ નથી. તેમનો સમૂળગો નાશ કરવા માટે તેમની ઉત્પત્તિ અને જીવનનું મૂળ સાધન જે શરીરમાંનો કહોવારો, તેનો નાશ કરવો જોઈએ. એ કરવાને સારો માર્ગ એ છે કે, શરીરમાંથી વિનતીય દ્રવ્ય

રૂપી ગંદકીને કાઢી નાંખવી. ઉપરના ઉદાહરણમાં જે પ્રમાણે મચ્છર, કસારીઓ, વંદા, ગિધ, કાગડા વગેરે પ્રાણી તેમની ઉત્પત્તિ અને તેમના પોષણના સાધનભૂત પદાર્થોનો નાશ થયા બરોબર પોતાની મેળેજ નાશ પામે છે, તે પ્રમાણે શરીરમાં સૂક્ષ્મ જંતુને ઉત્પન્ન કરનાર તથા જીવાડનાર કચરારૂપી પોષક પદાર્થ ન મળવાથી રોગના કારણભૂત મનાતા સૂક્ષ્મ જંતુની ઉત્પત્તિ શરીરમાં થનાર નથી. સડી ગએલા વિજ્ઞાતીય દ્રવ્યનું શરીરના ભાગ ઉપર ધર્ષણ થવાથી જે ઉષ્ણતા ઉત્પન્ન થાય છે, તેનાથી શરીરમાં તાવ આવે છે એ આગળ કહી ગયા છીએ. પરસેવો લાવી આ સડતા દ્રવ્યોનો શરીરમાંથી નીકાલ કરવામાં આવ્યો એટલે ધર્ષણ અને તે સાથે તેનો ત્વચા ઉપર પડતો દાખ કમી થાય છે, અને ઉષ્ણતા (જ્વર) ઓછી થાય છે.

પરંતુ એકવાર પરસેવો આવવાથી તાવનું કારણ પૂર્ણપણે નહીં જેવું થતું નથી, કારણ જ્યારે વિજ્ઞાતીય દ્રવ્ય સડવાનો આરંભ થાય છે ત્યારે શરીરમાં એકઠાં થએલાં દ્રવ્ય એકદમ સડતાં નથી. તેથી સડેલાં કંઈ દ્રવ્યોનો પરસેવારૂપે નિકાલ થયો છતાં બાકી રહેલાં દ્રવ્યો અનુકૂળ કારણ મળતાં ફરી સડવા લાગી નવા આજ્ઞરનાં કારણભૂત થઈ પડે છે. આ પ્રમાણે ફરી રોગ જલદીથી કિંવા કેટલાક વખત પછી થવાનો આધાર એ દ્રવ્યનું પ્રમાણ અને ઇતર અનુકૂળ અને પ્રતિકૂળ કારણ ઉપર અવલંબીતે રહે છે. એ દ્રવ્ય શરીરમાં રહ્યાં એટલે રોગનું મૂળજ શરીરમાં રહ્યું છે, એમ સમજવું જોઈએ. વૃક્ષનાં મૂળ તેવાંજ રાખી ઉપરનાં ડાળાં પાંખડાં કાપી નાંખવાથી જેમ તે વૃક્ષ ફરીથી ટુટી નિકળે છે, તે પ્રમાણે આ દ્રવ્ય શરીરમાં જ્યાં સુધી હોય છે ત્યાં સુધી રોગની ઉત્પત્તિ ફરી થાય છે. માટે રોગનું બીજ શરીરમાંથી કાઢી નાખવું હોય તો પ્રથમ વિજ્ઞાતીય દ્રવ્યનો શરીરમાંથી નિકાલ પૂર્ણપણે કરવો જોઈએ. એ કીયા ઉપાયથી સાધ્ય થશે તેની માહિતી આગળ આપવામાં આવશે.

શરીરમાંથી વિજ્ઞાતીય દ્રવ્ય કાઢી નાખવા અને રોગ મુક્ત થવાના જ ઉપાય કહ્યા છે, તે ચાલુ છતાં રોગીએ અપૂર્ણ વિશ્રાંતી લેવી જોઈએ. મન પણ બીલકુલ શાન્ત અને સ્વસ્થ રાખવું જોઈએ. રોગીએ જાતે પુસ્તકો વગેરે વાંચવાનો માનસિક શ્રમ કરવો નહીં. એટલુંજ નહીં, પણ બીજા પાસે પુસ્તક વંચાવી પોતે તે સાંભળવાં, અથવા બીજા સાથે સંભાષણ કરવું; વગેરે મનની શાન્તતા ભંગ કરવાની વાત કરવી નહીં. રસ્તા ઉપરથી જનાર આવનાર ગાડીઓથી કિંવા ઇતર કારણથી થતી ગરબડ પણ રોગીને ઉપયોગી નથી. તે પ્રમાણે ઓરડામાં દિવસે ઘણું અજવાળું ન જોઈએ. અને રાત્રે પણ ઘણું અજવાળું રાખવું નહીં. પરંતુ ઓરડામાં હવા ખુલ્લી અને જથાબંધ નિરંતર આવવી જોઈએ.

અભાર સુધી જે માહિતી બતાવી છે, તેનો સારાંશ નીચે પ્રમાણે છે. પ્રકૃતિને વિકાર થયો, એટલે રૂપમાં અને આકૃતિમાં ફેર પડે છે. આ ફરક પડવાનું કારણ શરીરમાં ભેગાં થએલાં વિજ્ઞાતીય દ્રવ્ય છે. એ વિજ્ઞાતીય દ્રવ્ય અન્ન પચન બરોબર ન થવાથી ઉત્પન્ન થાય છે. તેનો સંચય પ્રથમ નાભિ આગળ થાય છે, અને પછી તે દ્રવ્ય શરીરમાં ચારે બાજુ ફેલાવા માંડે છે. શરીરનાં મળદ્વાર જ્યાં સુધી એ દ્રવ્ય મૂત્ર પરસેવા ઇલાદિરૂપે બાહ્ય કાઢી નાંખે છે, ત્યાં સુધી શરીરમાં પ્રત્યક્ષ રોગ થતો નથી. પણ અનુકૂળ કારણ પ્રાપ્ત થતાં તે કહોવા લાગે છે, અને વિકાર ઉત્પન્ન કરે છે. જે ભાગમાં એ દ્રવ્ય વધારે ભેગાં થાય છે, તે ભાગને રોગ થાય છે. તે વિજ્ઞાતીય દ્રવ્ય શરીરમાં હોવાં, એ રોગના બીજ માટે જમીન તૈયાર કરી રાખવા બરોબર જ

છે. વિજ્ઞતીય દ્રવ્યનો શરીરમાં સંચય થવાથી જે રોગ થાય છે, તેના એ વર્ગ થઈ શકે. જે રોગથી આપણને વેદના કે દુઃખ થતું નથી, અને ગુપ્ત રૂપે શરીરમાં હોય છે, તે પહેલા વર્ગમાં આવે છે. વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય કહોવાથી તત્કાળ શરીરને દુર્બળતા આણનારાં, અથવા શરીરમાં ઘટ, વેદના, અસ્વસ્થતા ઉત્પન્ન કરનારા જ્વર, વાયુ વગેરેના જે રોગ ઉત્પન્ન થાય છે તે બીજા વર્ગમાં આવે છે. આ બંને પ્રકારને અનુક્રમે જીર્ણ અથવા દીર્ઘકાલિક અને શિઘ્ર વિપાકિ રોગ એવાં નામ આપવામાં આવ્યાં છે. રોગનું મૂળ કારણ શરીરમાં સંચય થએલાં વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય એ છે, અને તે દ્રવ્ય શરીરમાં જે ભાગમાં ઇન્દ્રિયોના વ્યાપારને હરકત કરે છે, અથવા જે ભાગમાં રૂધિરસભિસરણને પ્રતિબંધ કરે છે. તે તે ભાગને અથવા ઇન્દ્રિયોને રોગ થાય છે. અને તે તે રોગનાં સ્થાન પરત્વે ગ્રુદાં ગ્રુદાં નામ હોય છે, એ અહિં સુધી સ્પષ્ટ કરી બતાવવામાં આવ્યું છે. આ ઉપરથી એવું તત્વ નિષ્પન્ન થાય છે કે, સર્વ રોગનું કારણ એક જ છે, અને સર્વ પ્રકારના રોગ એક જ રોગના લિન્ન લિન્ન પ્રકાર છે. ચાટ વાગવાથી, શસ્ત્ર વાગવાથી, કિંવા એજ પ્રકારના અન્ય કારણથી શરીરને દુઃખાપત થવાનો કિંવા શરીરમાં કાંઈ ઘેંચાવાથી જે રોગ થાય છે, તેનો સમાવેશ ઉપરના સિદ્ધાંતમાં થતો નથી.

રોગના કારણ અને સ્વરૂપ સંબંધી ઉપર જે કહી ગયા, તે સિદ્ધ કરી બતાવવાને પ્રમાણ જોઈએ; એમ કેટલાક વાંચક વર્ગને શંકા થશે. તેના જવાબમાં એટલુંજ કે, સર્વ પ્રમાણમાં જે પ્રત્યક્ષ પ્રમાણ તે પ્રમાણે જે ઉપરના તત્વની સત્યતા સિદ્ધ કરી આપવામાં આવે તો, વાંચક વર્ગની એ તત્વ ઉપર શ્રદ્ધા બેસવીજ જોઈએ. એ પ્રત્યક્ષ પ્રમાણ એ છે કે, સર્વ રોગનું કારણ જ્યારે એકજ છે, ત્યારે એ કારણનો નાશ થતાં આપણે સર્વ રોગનો નાશ કરી શકીએ, અથવા મટાડી શકીએ. હા. કુન્હાએ સારા કરેલા રોગીઓના સંબંધમાં જે હકીકત આગળ લખી છે, તે ઉપરથી એ પ્રત્યક્ષ પ્રમાણ આપણને મળ્યું છે એ નિશંકપણે માનવાને હરકત નથી.

### પ્રકરણ ૪ થું.

અછબડા ( ગાવર ) ઓરી ઘટસર્પ, બળીયા, ઉઠાંટીઓ વગેરે નાના બાળકને થનાર રોગનાં કારણો અને તે સંબંધીના ઉપાય.

“ બાળરોગ ” આ સદર નીચે જ્વરની જાતના ઓરી, અછબડા, બળીયા વગેરે નાનાં બાળકને થનારા સર્વ રોગ આવી જાય છે. આ સર્વ રોગનું કારણ પણ એકજ છે, અર્થાત્ જે છોકરાંના અંગમાં વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય સંચય થયેલાં હોય છે, તેવાંજ છોકરાંને એ આજર થાય છે. ઘણું કરી સર્વ છોકરાંને બાળરોગ થાય છે, એનું કારણ એ છે કે, ઘણાંખરાં બાળકોના શરીરમાં જન્મથીજ વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય તેમનાં માથાપ તરફથી ઉતરેલું હોય છે. મ્હોટા માણસ કરતાં નાના બાળકનેજ આજર જાસ્તી કેમ થાય છે, તેનું કારણ આગળ કહી ગયા છીએ.

પરંતુ એ રોગ ન થવા દેવા એ આપણા સ્વાધીનની વાત છે. તોપના કે બંદુકના જેવા અવાજ સાથે કુટે એવા દારનો મોટો જ્યો શહેરના મધ્ય ભાગમાં રાખવા દેવામાં આવતો નથી તેનું કારણ શું હશે? કારણ એજ કે મનુષ્ય જાત કેટલીએ ખબરદારી રાખે તોપણ પ્રસંગાનુસાર તે દાર સળગી ઉઠવાનો ભય રહે છે, અને તેમ થાય તો અનેક મનુષ્યના જીવની હાની અને આજીવ્યાજીવના ધરનો નાશ થવાનો સંભવ રહે છે. શહેરમાં લોકોનો અને ધરોનો નાશ ન થાય તેને માટે જે કાળજી આપણે રાખીએ છીએ તેટલી કાળજી આપણી સંતતિ માટે આપણે શા માટે



ન રાખવી, એ અમને સમજતું નથી. બાળકના શરીરમાં વિજ્ઞાતીય દ્રવ્ય એ ઉપરના ઉદાહરણ-માં બતાવ્યા પ્રમાણે અવાજ સાથે પુટે એવા દારૂ સરખાંજ છે. એ દ્રવ્ય બહાર કાઢી નાખવા માટે નાના બાળકની જીવનશક્તિને જીવનોડ શ્રમ કરવો પડે છે. તેથી વખતે પ્રાણનાશ પણ થઈ જાય છે. આવી સ્થિતિ છતાં એ વિજ્ઞાતીય દ્રવ્ય બહાર કાઢી નાખવા પ્રયત્ન ન કરવો, એટલે આપણે પોતે થઈ આપણાં છોકરાંને મૃત્યુની દાઢમાં મુકવા સરખું નથી શું? એટલા માટે નાનાં છોકરાંને રોગ ન થાય એવી આપણી ધમ્મજા હોય તો આપણે તેમના શરીરમાંથી વિજ્ઞાતીય દ્રવ્યનો નિકાલ કરવો જોઈએ. અને નવીન દ્રવ્યસંચય ન થાય એવી સંભાળ રાખવી જોઈએ.

આપણે જાણીએ છીએ કે, બાળકોને તરેહ તરેહના વ્યાધિઓ લાગુ પડે છે, અને તે રોગોનું સ્વરૂપ ઓછું વધારે જોખમકારક હોય છે. અને તેથી તેવા જુદા જુદા જાતના દરેક રોગને પારખીને તેને બંધબેસતો આવે તેવો ઉપાય કરવામાં કુશળ વૈદ્ય ડોક્ટરો પણ બહુજ શુચિવાચ છે. આ જુદા જુદા બાળકના રોગ વચ્ચે કેટલો કેટલો ફેર છે તે બતાવીને તેને અકસીર પણે શી રીતે મટાડવા તે હવે બતાવવામાં આવશે. પરંતુ આરંભમાંજ જણાવવાની જરૂર છે કે, કંઈજ મળતાપણું જેના વચ્ચે જણાતું ન હોય તેવી જાતના રોગોમાં અને બીજા સર્વ રોગોમાં જે મુખ્ય ચિન્હો તો અવશ્ય હાજર હોય છે, અને તે જે ચિન્હ ગરમી અને થંડી છે. નીચે જુદા જુદા રોગોનું પૃથક પૃથક વિવેચન કરવામાં આવ્યું છે, તે વાંચતી વખતે આ વાત પણ ખાસ યાદ રાખવાની છે.

**ગોવર્ (અછબડા).** આમાં છોકરાંને પ્રથમ બેચેની જણાય છે, ઉંઘ બરાબર આવતી નથી, શરીર સૂકું અને ગરમ લાગે છે. પછી તાવ આવે છે અને ધીરે ધીરે તેમાં અછબડાનાં દર્શન ઉમેરાય છે. આ પ્રમાણે છેવટે અછબડા દેખાય ત્યાં સુધી રોગની પરીક્ષા કરતા આપણે બેસી રહેવાની જરૂર નથી, પણ બાળકને તાવ આવવા સાથેજ આગળ લખ્યા પ્રમાણે ઉપાય કરવા. આ પ્રમાણે જે ઉપાય વખતસર કરવામાં નહીં આવે તો પછી ગોવર્ બાહાર નિકળશે. ગોવરામાં શરીર ઉપર ફાલ્લા મ્હોટા અને પુસ્કળ નીકળે એ ચિન્હ સાફ છે, કારણ કે તેનાથી અંગમાંથી સર્વ વિષવાળાં દ્રવ્ય બહાર નિકળી જાય છે. પરંતુ ફાલ્લા મોડા આવે તો વિષવાળાં દ્રવ્ય શરીરમાં રહેવાથી અતિશય ઉષ્ણતા ઉત્પન્ન કરે છે, અને તે ઉષ્ણતા એટલી તો ભયંકર હોય છે કે તેના લીધે શરીરની સર્વ ઇન્ડ્રિયો શિથિલ થઈ જાય છે. અને તે ઉષ્ણતા ફેફસામાં બહુજ થાય તો પ્રાણીઓનું મર્મસ્થાન જે ફેફસાં (Lungs) તેમાં અત્યંત દાહ થઈ તેનો નાશ થાય છે, અને બાળકનું મરણ નિપજે છે.

**ગોવર્ પૂર્ણપણે સાફ કરવા સાફ શરીરનાં સર્વ મળદારો ખુલ્લાં થાય એવો ઉપાય કરવો જોઈએ.** તેજ પ્રમાણે જ્વરથી ઉત્પન્ન થનારો દાહ કમી કરવા સાફ સર્વ શરીરમાં ઠંડક થાય એવો ઉપાય કરવો જોઈએ. તેવો ઉપાય તે આગળ વર્ણન કરવામાં આવશે તે નંબર ૨ અને નંબર ૩ ના ઉપાય છે. પરસેવો લાવવાનો ઉત્તમ ઉપાય કહીએ તો માતાએ પોતાના બાળકને સોડમાં દૂધાવી સુઈ રહેવું એજ છે. એ પ્રમાણે બની શકે તેમ ન હોય તો બાળકને પોચા અને જડા બિહાના ઉપર સુવારી ગરમ કપડાથી વીંટી સુવારવું. પરંતુ તેના મુખ ઉપર કપડું ઓરાડવું નહિ. રાત્રિ દિવસ ઓરાડામાં સ્વચ્છ હવાની આવજ થાય તેની વ્યવસ્થા કરવી જોઈએ. એટલાથી કામ ન થાય તો બાળકને બાષ્પસ્નાન (નાસ) આપવું, અને બાષ્પસ્નાન પછી જરા પણ વાર ન કરતાં અને શરીરને પવન લાગવા ન દેતાં તરતજ થંડક થવા સાફ નંબર ૨ નો કિંવા નંબર ૩ નો ઉપાય પણ કરવા.

પરસેવો આવવાથી રોગનો પુસ્કળ ઉતાર પડશે અને તાવ પણ જશે. પરંતુ કદાપિ ફરી તાવ આવે તો ફરી નંબર ૨ કિંવા નંબર ૩ નો ઉપાય કરવો, અને બાળકને પસીનો લાવવા માટે લુગડામાં લપેટી સુવારવું. તાવ અંગમાંથી સમૂળગો જતા સુધી આ પ્રમાણે ક્રમ ચાલુ રાખવો.\* મસ્તક, ડોળા, કિંવા શરીરના બીજા કંઈ ભાગ ઉપર સુસ્તી કિંવા જડપણું જણાતું હોય તો તે ભાગને આગલા પ્રકરણમાં બતાવ્યા પ્રમાણે વરાળ આપવી કે તેથી તે ભાગ ઉપર પરસેવો આવશે. એટલે તે ભાગ ઉપર ઠંડક લાવવા સાર નંબર ૨ કિંવા નંબર ૩ નો ઉપાય કરવો કે તે જગ્યાએ આરામ જણાશે, અને આગળ દરદ વધવાનો ભય દૂર થશે.

**શીળીનો તાવ.**—ગોવર નિકળવા પહેલાં જે ચિન્હો થાય છે. તેજ ચિન્હો આ તાવ આવવા પહેલાં બાળકને થાય છે, પણ આગળ જતાં જવર વધારે જોરથી આવે છે તેથી માખા-પતે ઘણી શીકર થાય છે. શીળીના તાવમાં પ્રથમ અંગ ઉપર જે ફેક્ષીઓ નીકળે છે, તે ખુબ્ય આરિક છતાં તે પછી મ્હોટી થવા લાગે છે. અને પછી એક એક સાથે જોડાઈને એક થઈ જાય છે, પણ ગોવરા પ્રમાણે સર્વ અંગ ઉપર ફેક્ષા થતા નથી. ફેક્ષીઓ વિશેષ કરી મસ્તક, છાતી, અને પેટ ઉપર હોય છે. પગ ઉપર ક્વચિત ફેક્ષીઓ હોય છે. પગ ઘણું કરી ઠંડા રહે છે. પરંતુ ઇતર સર્વ અંગ તાવથી ફફળતું હોય છે. આ રોગમાં મસ્તક અને છાતીના ભાગને વિશેષ ત્રાસ થાય છે. કાનમાં ચસકા ( સણકા ) આવે છે. અને આંખો દુખવા લાગે છે. પેટમાં વિષવાળાં વિજ્ઞતીય તત્વ સડી ઉડી જ્યારે શરીર ઉપર પથરાવા લાગે છે, ત્યારે એ વિષવાળાં દ્રવ્યને બહાર નિકળવાનો માર્ગ આપવા સાર અંગ ઉપર ફેક્ષીઓ નીકળે છે. ફેક્ષીઓ પગ ઉપર વિશેષ ન થતાં શરીરના ભાગ ઉપર ક્રમ થાય છે, તેનું કારણ ઉપર કહી ગયા તેજ છે. અર્થાત ફેક્ષીઓ કમી નીકળે છે તો વિષારી દ્રવ્યનો બરાબર નિકાલ થતો નથી. અને પ્રાણને હાની પહોંચવાનો વધારે સંભવ થાય છે.

આ રોગમાં નેત્રને અને કાનને નુકશાન થવાનો સંભવ વિશેષ હોય છે. માટે ઇંદ્રિયોની આસ-પાસના ભાગમાં સંચીત થએલા દ્રવ્યને કાઢી નાંખવા માટે મસ્તકને બફારો આપવો જોઈએ. એ બાફ કેવી રીતે આપવી એ આગળના પ્રકરણમાં કહેવામાં આવશે. મસ્તકને પરસેવો આવ્યો એટલે કાન અને નેત્ર દુખતાં બંધ થશે. એકવાર પસીનો આવી ચસકો નહીં જેવો થશે તોપણ તે ફરી ઉત્પન્ન થાય છે, માટે ચસકા તદ્દન બંધ થતા સુધી મસ્તકને બફારો વખતો વખત આપવો જોઈએ. સડતાં વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય પૂર્ણપણે શરીરમાંથી જ્યાં સુધી નિકળી ન જાય ત્યાં સુધી વેદના ફરી થવાનો સંભવ રહે છે. માટે સર્વ મળદ્વાર વાટે તે નિકળી જાય તેવા ઉપાય કરવા જોઈએ. એ કારણ માટે કઠિસ્નાન કરવું જોઈએ. એટલે મળમુત્ર સાફ થઈ તે દ્વારાએ વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય નિકળી જશે. જવર આવવા પહેલાં જે પચનક્રિયા બગડેલી હોય છે, અને જવર આવ્યા પછી જે વધારે બગડે છે તે આ કઠિસ્નાનથી સુધરે છે. મળ સુકો હોય છે તો આગળ ધકેલાતો જાય તેટલા માટે આંતરડાની અંદરની બાજુએ જે સ્નિગ્ધ પદાર્થ રહેલો હોય છે તે જવરની ઉષ્ણ-તાથી સુકાઈને નહીં જેવો થઈ જાય છે. જેથી મળનો નિકાલ થતો નથી અને તેમ થવાથી મળવિરોધ થાય છે. કઠિસ્નાનથી આ મળવિરોધ મટી જાય છે, અને મળશુદ્ધિ બરાબર થવાથી તાવનું જોર કમી થવા લાગે છે. ગોવરા કરતાં આ રોગમાં ઉપરના ઉપાય ઘણી વખત અને વધારે વાર સુધી કરવા પડે છે એનું કારણ એ છે કે, શરીરમાંના વિજ્ઞતીય દ્રવ્યનો બહુજ સંચય થાય ત્યારેજ આ રોગ થાય છે.

\* ૨ કઠિસ્તાન. ૩ ફ્રિક્સન સિટિંગબાય.

આ રોગ થયો છતાં કેવા ઉપચાર કરવા એ સ્પષ્ટપણે સમજાય તેટલા માટે ડા. કુન્હેએ સારા કરેલા રોગીઓનું વર્ણન નીચે આપ્યું છે.

એક ગ્રહસ્થની ૭ વર્ષની છોકરીને તથા ૨ વર્ષના છોકરાને દેવીનો તાવ એકજ વખતે આવ્યો. ઇતર વૈદ્યોએ આ તાવ મટવાને ૬-૭ અઠવાડીયાં લાગશે એમ કહ્યું. એ બન્ને છોકરાંને લેઈ તે ગ્રહસ્થ ડા. કુન્હે પાસે ગયો. ડા. કુન્હે પ્રથમ આ છોકરાંને આપ્પસ્નાન કરાવતો અને તે પછી કટિસ્નાન કરાવતો. અંગમાં જ્યાં સુધી બહુજ તાવ માલુમ પડતો ત્યાં સુધી દર બન્ને કલાકને અંતરે કટિસ્નાન કરાવતો. તેમને માંસ બીલકલ ખાવા દેતો નહીં. ફક્ત ખરેખરી સારી પેંડે ભુખ લાગે ત્યારે તેમને ખાવાની રજા આપતો. આ પ્રકારના ઉપાયથી તે છોકરાં એક અઠવાડીયામાં તદ્દન સારાં થયાં હતાં.

**ઘટસર્પ.** પુર્વે કહી ગયેલા બે રોગ કરતાં આ રોગનાં બાહ્ય લક્ષણ બિન્ન હોય છે. સર્વમાં જ્વર એ સામાન્ય હોય છે. પરંતુ આ રોગમાં આવનારો જ્વર કોઈ કોઈ પ્રસંગે બાળક રોગીપ્ર હોય છે, ત્યારે તેને હાથ લગાડી જોતાં બરાબર જણાતો નથી. પરંતુ આવે પ્રસંગે વિશેષ બચ રહે છે. ઉપર ઉપરથી હાથ અરાડતાં જોકે જ્વર સામાન્ય દેખાય છે, તોપણ બાળક બીજાનામાં લોથ્યા કરે છે. કારણ કે તેના શરીરમાં ઉષ્ણતાનો ભડકો થએલો હોય છે. માત્ર તે ઉષ્ણતા આ-હાર હાથ અરાડવાથી માલુમ પડતી નથી. કંઈ મળી જવાથી શ્વાસોશ્વાસ લેવાની અડચણ પડે છે. આ રોગમાં આંતરડા અને મૂત્રાશયની ક્રિયા બરાબર ચાલતી નથી. તેથી શરીરમાં વિજ્ઞતીય દ્રવ્યને આંતરડામાંથી કિંવા મળદારથી બહાર નિકળવાને માર્ગ ન મળવાથી સર્વ વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય ગળામાં કંઈ પાસે ભેગાં થઈ કંઈ સુષ્ણ જાય છે.

કંઈ આગળ બાફ આપવાથી ત્યાં થતી વેદના કમી થાય છે. પરંતુ આ બાફ પુષ્કળ વખત આપવો જોઈએ છે. પછી આગલા પ્રકરણમાં બતાવ્યા પ્રમાણે ૩ નંબરનો ઉપાય કરવો. આ ઉપાયથી કંઈ આગળની ગાંઠો નરમ થઈ વેરાઈ જશે. પરંતુ આ ગાંઠો વેરાઈ ગયા છતાં પણ ગળાનો ભાગ સુઝેલો રહેશે. એ સ્થિતિ કંઈમાં ગાંઠો હોવા કરતાં પણ કંઈ ઓંશે જલસ્તી બચ-કર હોય છે. ઘટસર્પનો રોગ થવા પહેલાં સાંધામાં અને વિશેષે કરી ઠીંચણમાં અને ખભામાં સણકા થવા માંડે છે. એ સણકા જો કે ગમે તેમ કરી સહન થઈ શકે પણ કંઈ સુઝવાથી જે જે સણકા આવે છે તે સહન થવા ધણીજ કઠીણ હોય છે. આ સણકા નહીં જેવા કરવા સારૂ કંઈની આગુઆગુની ગાંઠો વેરાઈ ગયા પછી પણ ઉપાય ચાલુ રાખવો જોઈએ. કંઈ આગળ સંચીત થએલાં વિજ્ઞતીય દ્રવ્યનો નીકાલ થયા છતાં પણ પેટમાંથી વિષવાળાં દ્રવ્ય બહાર કાઢી નાંખ્યા વિના રોગનો પૂર્ણપણે ઉતાર થતો નથી. આ હેતુ પાર પાડવા સારૂ આંતરડાં, મૂત્ર-દાર અને ત્વચાદ્વારા એ શરીરમાં રહેલો સર્વ કહોવારો બહાર નીકળી જાય તેવી વ્યવસ્થા કરવી જોઈએ.

**ઘટસર્પ** થવાથી વિશેષ કરી ત્વચાની પરસેવો કાઢવાની ક્રિયા બરાબર ચાલતી નથી. તે ક્રિયા બરાબર ચાલવા માટે અને બાળકને પસીનો લાવવા સારૂ માતાએ પોતાના બાળકને સોડમાં લેઈ સુઈ જવું જોઈએ. જ્યારે મલશુદ્ધિ બરાબર ન થવાથી શરીરનો કહોવારો બહાર નિકળવા-ને બીજો માર્ગ રહેતો નથી, તેવી વખતે વિજ્ઞતીય દ્રવ્યરૂપી કહોવારો બહાર કાઢી નાંખવામાં ત્વચાનો ધણીજ ઉપયોગ થાય છે. ઘટસર્પ થવા પહેલાં પસીનો આવવાનો અંધ થઈ જ્યારે ત્વચા શુષ્ક થાય છે, તે વખતે બાળકને માતા પોતાની સોડમાં લેઈ પોતાની હુદ્ધી તેને પસીનો



લાવી બાળકને મળમૂત્ર સાફ થાય એવો પ્રથમથી ઉપાય લે તો આગળ થનાર ઘટસર્પિથી રોગીનું આયુષ્ય ખુટી તેનો નાશ થવાનો ભય રહેજ નહીં. અત્યાર સુધી કહેલા ત્રણ રોગનાં કારણો અને તેને લાગુ પડનાર ઉપચાર માટે વિચાર કરવાથી જણાશે કે, સર્વ રોગનું કારણ એકજ છે. અને ત્રણે રોગ વાસ્તવિક એકજ રોગનાં ભિન્નભિન્ન નામો છે. એ સર્વ રોગ તદ્દન જુદા જુદા છે એવો મત આપનાર કેવળ ઉપર ચોટીયા જોનારજ હોય છે.

રોગીને ઉપચાર કેવી રીતે કરવો એ નીચેના ઉદાહરણથી જાણવામાં આવશે.

એક ગ્રહસ્થનો છોકરો ઘટસર્પિથી આગ્નરી થવાથી તેને ડા. કુન્દે પાસે લઈ જવામાં આવ્યો હતો. તેને પ્રથમ કુન્દેએ બાળપરિચર કરાવ્યું. પછી તેને કડીસ્નાન કરાવ્યું. તેનાથી મસ્તકની ઉજ્જ્વળતા મટી ગઈ, શ્વાસોશ્વાસ લેતાં પ્રથમ જે અડચણ પડતી હતી તે થોડે થોડે કમી થવા લાગી. જ્યારે ઉતરવા માટે ત્રણ ત્રણ કલાકના અંતરે દિવસે અને રાત્રિએ પ્રત્યેક વખતે અડધા કલાક સુધી નંબર ૩ નો ઉપચાર તેને કર્યો. છોકરો ઉઘતો તે વખતે પણ અંદર સ્વચ્છ અને તાજી હવા આવવા સારૂ ઓરડાનાં કમાડ થોડાં ઉઘાડાં રાખવામાં આવતાં હતાં. આ પ્રકારના ક્રમથી ૫-૬ દિવસમાં તે છોકરો તદ્દન સારો થઈ ગયો હતો.

## દેવી; બળીયા.

બળીયાનો આગ્નર ભયંકર છે. કારણ તેમાં તાવ ધણોજ આવે છે અને ઔષધોપચાર ખરોખર કરવામાં ન આવે તો રોગીનો પ્રાણ જાય છે. જે રોગ ઉપાય કરવાથી કાળાવધિથી સારા થાય છે, તેવા જીર્ણ રોગ કરતાં જે રોગમાં ઔષધોપચાર યોગ્ય રીતીથી ન થાય તો રોગ લાગલોજ વિકાસ પામી રોગીનો અંત લાવે છે; તેવી જાતના તિવ્ર આગંતુક રોગ સામાન્યતઃ વધારે ભયંકર સમજવામાં આવે છે એ મ્હોટી ભૂલ છે. કારણ યોગ્ય ઉપચાર કરવાથી બીજા વર્ગના રોગ જલદી સારા થઈ રોગી કામ ધંધો કરવાને શક્તિવાન થાય છે. અને પહેલા વર્ગના રોગમાં રોગીને આરામ થવાને પુષ્કળ દિવસ લાગે છે, એટલુંજ નહીં પણ પુષ્કળ દિવસ રોગીને અપવાસી રહેવાનો પ્રસંગ આવે છે, અને ઘણી મહેનતે તે મટાડી શકાય છે.

બળીયા નીકળ્યા છતાં તેના ઉપર ઔષધોપચાર કેવી રીતે કરવા તેની સાધારણ પણ માહે-તી લોકોને હોતી નથી. જેથી તેમને તેનો ભય ધણોજ લાગે છે. તેથી બળીયા કઢાવવાનો પ્રચાર વધારે થએલો છે. બળીયા કઢાવવાથી એકંદર પ્રકૃતિ ઉપર કાયમને માટે ઘણો ખરાબ પરિણામ આવે છે, એવો ઘણા વિદ્વાન ડૉક્ટરોનો મત છે. જ્યારે ડા. કુન્દેના ઉપાયથી બળીયાથી થતા નુકશાનનો ભય જરા પણ રહેતો નથી, ત્યારે બળીયા ટંકાવી આપણે આપણી પ્રકૃતિને કાયમને માટે શા સારૂ નુકશાન કરી લેવું એ સમજાતું નથી.

બળીયા નિકળતા પહેલાં પ્રથમ તાવ આવે છે, અને અંગ ઉપર ન્હાના વટાણા જેવડા ફોલ્લા નીકળે છે. પછી તે ધીમે ધીમે મ્હોટા થવા લાગે છે. કેટલીકવાર પછી તે ફોલ્લા ઉપર નાનાં કાળાં ટપકાં ઉત્પન્ન થાય છે. એ ફોલ્લા કોઈ કોઈ વખત સર્વ અંગ ઉપર નિકળે છે, અને કોઈ કોઈ વખત શરીરના કોઈ અમુક ભાગ ઉપરજ નિકળે છે. શરીરના જે ભાગ ઉપર વિજ્ઞતીયદ્રવ્ય વધારે સંચિત થયાં હોય તે ભાગ ઉપર ફોલ્લા વધારે નિકળે છે એવો નિયમ છે. જ્યારે ચહેરાપર ફોલ્લા નિકળે છે ત્યારે એ રોગથી વિશેષ ભય રહે છે.

ઘતર ભાગ કરતાં ચહેરાપર વિશેષ ફોલ્લા નિકળે છે તેનું કારણ એ છે કે ત્યાં વિજ્ઞતીય-દ્રવ્ય ઘતર ભાગ કરતાં વધારે સંચિત થએલાં હોય છે. પેટમાં વિજ્ઞતીયદ્રવ્ય પ્રસરવા લાગ્યાં

એટલે ત્યાંથી ગળા તરફ જાય છે અને ગળાથી મસ્તક તરફ જાય છે. મસ્તકમાંથી આગળ જવાનો માર્ગ ન મળવાથી ત્યાં બેગાં થાય છે. શરીરમાં વિજ્ઞતીયદ્રવ્ય સડવા લાગ્યાથી તે ફુલવા માંડે છે, અને પથરાતાં પથરાતાં મસ્તક તરફ જાય છે, જ્યાં પ્રથમથી વિજ્ઞતીયદ્રવ્યનો પુષ્કળ જથ્થો બેગો થએલો હોય છે તેના બેગાં તે મળી જાય છે. તેથી મસ્તકમાં વિજ્ઞતીયદ્રવ્યનો મોટો મંચલ થાય છે. તેથી તે જગાએ બળીયાના ફોલ્લા પુષ્કળ અને જોરબંધ નિકળી આવે છે.

ફોલ્લા સારી રીતે ફૂલી મોટા થવાથી વિજ્ઞતીયદ્રવ્ય રૂપી વિષને બહાર નિકળી જવાનાં સારાં દાર મળે છે. અને વિષનો જલદી નિકાલ થઈ જવાથી પ્રાણનો નાશ થવાનો ભય મટે છે. આ રીતે વિષમય પદાર્થનો નિકાલ કરવાનું સામર્થ્ય જેની પ્રકૃતિમાં હોતું નથી તેવા રોગીનું મૃત્યુ થાય છે. કોઈ કોઈ વાર એમ બને છે કે બળીયાથી દર્દીનું મરણ થયા પછી પણ તેના શરીર ઉપર બળીયાના ફોલ્લા નવા નિકળે છે.

ઉપરના કારણથી બળીયાને લીધે રોગીનું મૃત્યુ થયું એમ કહેવું એ તદ્દન ભુલભરેલું છે. કારણ વસ્તુ સ્થિતિ એવી છે કે બળીયાના ફોલ્લા જલદી તરી ન આવે તો રોગી ભયમાં આવી પડે છે. કારણ એ ફોલ્લા બહાર નિકળવાને માર્ગ મળે છે. અને તેવાં વિષમય દ્રવ્યોને લીધે શરીરમાં થતો દાહ પણ કમી પડે છે. ફોલ્લા નિકળતા પહેલાં તાવ પુષ્કળ આવે છે. અને ફોલ્લા બહાર નિકળી તે વહેવા લાગ્યાથી તાવ કમી થવા માંડે છે. તેથી ફોલ્લા દ્વારાએ વિષમય દ્રવ્યોને બહાર કાઢી નાંખવા અને શરીર ઉપર ફોલ્લા ઉત્પન્ન કરવા આપણી પ્રકૃતિ પ્રયત્ન કરે છે તેનો એ પરિણામ છે, એ વાત શું આ ઉપરથી સિદ્ધ થતી નથી ?

અંગમાં જ્વર છતાં જ્યારે ફોલ્લા નિકળે છે ત્યારે તેનાથી શરીરમાં બહુ લાભ બળે છે, અને અતિશય ચેળ આવે છે. તેથી તે જગાએ ખંજીવાળવાની (વલુરવાની) રોગીને ઈચ્છા થાય છે. આ ખંજીવાળવાનો પરિણામ એ આવે છે કે તે ફોલ્લા પાકી તેમાં પર થયા પહેલાંજ તે ફૂટી જાય છે. અને તેથી અંગ ઉપર તેનાં ચાંદાં રહી જાય છે. આવો પ્રકાર ન થવો જોઈએ. તેટલા માટે રોગીના હાથે કપડાની કોથળીઓ બાંધવાનો ચાલ પડેલો છે. એ પ્રમાણે કોથળીમાં હાથનો પંજો મુકી બાંધવાથી અને શરીર ઉપરના ફોલ્લામાં અતિશય ચેળ છુટવાથી રોગીને બહુજ ત્રાસ થાય છે. પરંતુ આ ત્રાસ મટાડવાનો માર્ગ છે. આખપરનાન વડે ત્વચા ઉપરનાં રંધ્ર (છિદ્રો) ખુલ્લાં કરવાથી, અને શરીરે પરસેવો લાવવાથી એની મેળે ખરજ અને આગ બંધ થાય છે અને સર્વ ત્રાસ મટી જાય છે.

૩૭. કુંદેના ઉપાય કરવાથી ગુણ એટલો જલદ ને કાયમનો થાય છે કે તેથી રોગનો ભય કમી થાય છે. આ ઉપાયથી આરામ થયા વિના રહે એવા રોગી ક્વચિતજ મળી આવે છે. જે રોગીએને આરામ થતો નથી તે રોગીઓ એવા હોય છે કે જેમના શરીરમાં વિજ્ઞતીયદ્રવ્યો એટલાં બધાં બેગાં થએલાં હોય છે કે એ સર્વ દ્રવ્યોનો નિકાલ કરવાને તેમનું શરીર અસમર્થ હોય છે. કિંવા વિજ્ઞતીયદ્રવ્ય પરસેવા રૂપે બહાર કાઢી નાંખવાની ત્વચાની ક્રિયા યોગ્યરીતે ચાલતી હોય છે તોપણ તે ક્રિયાથી પ્રાણાંતક અવસ્થા થતાં સુધી સર્વ વિજ્ઞતીયદ્રવ્યનો નિકાલ થઈ શકતો નથી. તોપણ એ વાત લક્ષમાં રાખવાની છે કે, જેને એ ઉપાય વખતસર કરવામાં આવે છે તે રોગી ભાગ્યેજ મરણ પામે છે. માટે તાવ આવ્યા બરોબર આ ઉપાયનો ઉપયોગ તાબડોતોબ કરવો જોઈએ. તાવ આગળ કીયા રોગ ઉપર જશે, તેની વાટ જોવી તદ્દન નિર્રથક અને ઘાતક છે. કારણ કે તે સમજવાથી કંઈ પણ ફાયદો ન થતાં ઉલટું અતિશય નુકશાન થવાનો સંભવ રહે છે.

આ રોગ ઉદ્ભવવાનું મૂળ કારણ શરીરમાં સંચય થએલાં વિજ્ઞતીયદ્રવ્ય એજ છે. આપણા શરીરમાં વિજ્ઞતીયદ્રવ્ય સંચય થયા છે કે નહીં, એ ડા. કુન્હેના “મુખ પરીક્ષા શાસ્ત્ર” ઉપરથી સહજ સમજવા સરખું છે; અર્થાત ડા. કુન્હેના ઉપાયથી અંગમાંથી વિજ્ઞતીય દ્રવ્યકાઠી નાખવામાં આવે તો કાંઈ પણ જાતનો રોગ આપણને થવાનો સંભવ રહેતો નથી.

ડા. કુન્હેએ બળીયાના રોગીઓને કેવી રીતે સારા કર્યા તેની હકીકત તેણે નીચે પ્રમાણે લખેલી છે:—

એક ગ્રહસ્થનાં ત્રણ છોકરાં જેની વય અનુક્રમે વર્ષ ૭-૮-૧૩ ની હતી. એ ત્રણે છોકરાં બળીયાના આજરથી માંદાં થએલાં હતાં, આ છોકરાંમાંથી દરેકને એકંદરે ચાર વખત બાબ્થ સ્નાન અને ૧૦ વખત કટિસ્નાન કરાવવાથી તરત તાવ કેટલાક અંશે ઉતર્યો હતો અને ફેફસા ઉપર પોપડા બંધાવા લાગ્યા. થોડાજ દિવસમાં તે છોકરાં પોતાની મેળે ઉઠવા બેસવા તથા ફરવા લાગ્યાં, અર્થાત એક અઠવાડીયા સુધી ઉપચાર આગળ જારી રાખવાથી તે છોકરાં ખીલ-કુલ સારાં થઈ ગયાં. અતિ આશ્ચર્યની વાત એ છે કે એ ત્રણ છોકરાં પૈકી એક પણ છોકરાના અંગ ઉપર બળીયાના ફેફસાનાં ચાદાં રહ્યાં નહોતાં. તે ગ્રહસ્થને પાંચ છોકરાં હતાં અને તે સર્વને પુષ્કળ વાર બળીયા કઢાવ્યા હતા તોપણ ઉપર લખેલાં ત્રણે બાળકને બળીયા નિકળ્યા હતા. તેથી પહેલાં બળીયા કઢાવ્યા હોય તેનું મહત્ત્વ કેટલું છે તે, અને યોગ્ય ઉપાય કરવાથી બળીયાથી થનાર સર્વ પિડા કેવી રીતે સહજમાં ટાળી શકાય છે, તે વાંચક વર્ગને સમજાવવા શિવાય રહેતી નથી. પરંતુ વિના કારણ શરીરમાં રસી જેવું ઝેરી વિજ્ઞતીયદ્રવ્ય ઘાલવાથી માત્ર નુકશાનજ થાય છે. માટે બળીયા કઢાવાનો વ્યર્થ શ્રમ ન કરતાં આપણે ઉપર લખ્યા પ્રમાણે ઉપાય કરવા જોઈએ. એટલે બળીયાથી કંઈ પણ નુકશાન થવાનો ભય રહેશે નહીં.

**ઉઠાંટીઓ**—આગળ કહી ગએલા રોગો જેટલો આ રોગ સંબંધી લોકોને ભય લાગતો નથી. તો પણ આ રોગ ઘણો ભયંકર છે. અને આ રોગથી ઘણાં બાળકોનું મરણ નિપજે છે તેમજ ઘણાં બાળકને આ રોગથી ત્રાસ અને અતિશય દુઃખ સહન કરવું પડે છે. આ જગોએ કહેવું જોઈએ કે, ગમે તે પ્રકારની ઉધરસ હોય તો પણ એ મોટા દુઃસાધ્ય વિકારનું ચિન્હ છે. જ્યારે શરીરમાંથી વિજ્ઞતીયદ્રવ્ય નીકળવાના માર્ગ બંધ થાય છે ત્યારે તે ઉપરના ભાગમાં પ્રસરવા લાગે છે અને ત્યારે તેનો ફેફસા ઉપર પરિણામ થઈ ઉધરસ ઉત્પન્ન થાય છે. અર્થાત જ્યારે દસ્ત સાફ ઉતરતો નથી, અને ત્વચાની ક્રિયા બરાબર ચાલતી નથી ત્યારેજ એ માર્ગ બંધ થાય છે.

જે બાળકને ઉઠાંટીયો થાય છે તેના શરીરમાં વિજ્ઞતીયદ્રવ્ય સડવા લાગવાની ક્રિયા ચાલુ છે. તેથી તેના અંગમાં જ્વર પણ હોય છે. એ દ્રવ્ય આ રોગમાં ગળા અને મસ્તકમાંથી બહાર નીકળવાનો પ્રયત્ન કરે છે. પરંતુ તે જગોએ તેને નીકળવાનો સારો માર્ગ હોતો નથી. એવી વખતે ઉધરસ આવતાં માથે ને છાતીએ પસીનો આવે તો તે પરસેવા રૂપે વિજ્ઞતીયદ્રવ્યનો થોડે થોડે નિકાલ થવાથી રોગી પોતાની મેળે સારો થવા માંડે છે. પરંતુ ઉધરસ આવતાં પરસેવો આવે નહીં તો રોગીનો ચહેરો કાળો કે લીલો થવા માંડે છે. ઔષધોપચાર યોગ્ય રીતે અને તાબડતોબ કરવામાં ન આવે તો રોગી મરણ પામે છે. છેવટે નેત્રમાંથી, નાકમાંથી, અને કાનમાંથી રક્ત પડવા માંડે છે. એ રક્ત પડવાનું કારણ તે દારથી વિજ્ઞતીયદ્રવ્ય જોરથી બહાર નીકળવાનો પ્રયત્ન કરે છે તે હોય છે. આટલા સુધી અવસ્થા આવી પહોંચે છે તો પછી ઔષધોપચાર ઘણું કરી વ્યર્થ જાય છે. પરંતુ ક્વચિત પ્રસંગે યોગ્ય ઉપચાર કરવામાં આવે છે તો રોગી સારો પણ થાય છે.

આ રોગ થવાનું કારણ આગળ કહી ગએલા રોગ સરખું જ હોવાથી તેમાં ઉપાય પણ તેજ કરવાના છે. જે વિઙ્ગતીયદ્રવ્ય છાતીમાં જઈ ભરાવાથી ઉધરસ ઉત્પન્ન થાય છે, તે દ્રવ્ય નિચે પેટમાં ઉતરે અને ત્યાંથી તેનો મળ દ્વારે નિકાલ થાય એવી વ્યવસ્થા પ્રથમ કરવી જોઈએ. એમ કરવા સારૂ આગળ કહી ગએલા ઉપાયનું અવલંબન કરવું જોઈએ. કઠિન્નનાન અને આખપ-સ્નાનથી મળ શુદ્ધિ બરાબર થઈ પરસેવો આવવા લાગે એટલે ઉધરસ તરતજ નરમ પડવા લાગે છે. અને ઉપરના ઉપાયથી અન્ન પાચન થવામાં સુધારો થાય એટલે ઉધરસ તદ્દન બંધ પડી જાય છે. આ રોગ સારો થવાને કેટલો વખત લાગે એ કંઈ કહી શકાતું નથી; કારણ કે કોઈ વખત થોડા દિવસમાં ગુણુ જણાય છે, અને કોઈ વખત ૫-૬ અથવા વધારે અઠવાડીયાં પણ લાગે છે.

આગળ કહી ગયા પ્રમાણે આ રોગ વિઙ્ગતીયદ્રવ્ય સડવા લાગ્યાથી ઉત્પન્ન થાય છે, એ વાત જાણવામાં આવી હશેજ. આ રોગમાં પણ તાવતો હોય છેજ. તે ઉપરથી એ વાત ધ્યાનમાં આવશે કે જ્યારે એ શરીરમાંના વિઙ્ગતીયદ્રવ્યને બહાર કાઢી નાંખવાના શરીરના પ્રયત્નનુંજ પરિણામ છે. તેટલા માટે આ પ્રકારે તાવ આવવો એ પ્રકૃતિને અત્યંત હિતાવહ છે. કારણ આ યોગથી શરીરમાંના નુકશાનકારક દ્રવ્યનો નિકાલ થઈ જાય છે. તાવ આવવાથી તાત્કાલિક થનારું પરિણામ જો કે દુઃખકારક લાગે છે, તોપણ તેથી શરીરમાંનો દુર્ગંધીવાળો કચરો બહાર નિકળી જઈ પ્રકૃતિને કેવો ફાયદો થાય છે. તે એક ઉદાહરણથી સ્પષ્ટ કરી બતાવવામાં આવે છે.

એમાંમાં વર્ષાદ વરસતા પહેલાં જે ગાંજીજ થઈ વિઙ્ગળીના ચમકારા થાય છે, તેની સાથે જ્યારેની તુલના કરી હોય તો ચાલી શકે. જ્યારે આવવા પહેલાં જે પ્રમાણે અંગને કમકમી આવે છે, જીવને એન પડતું નથી, ઉલટી થતી, જીવ કચવાવો વગેરે થાય છે, તેજ પ્રમાણે હવા બંધ પડી એટલો બધો બફારો થાય છે કે માણસને જરા પણ એન પડતું નથી. અને તાપથી આકુળવ્યાકુળ થવાય છે વગેરે ચિન્હ થાય છે. તેથી એવાં ચિન્હ થવા લાગ્યાથી હવે વર્ષાદ આવશે, એમ આપણને સમજાય છે.

ગરમી વધતાં વધતાં છેવટ મેઘગર્જના થાય છે, અને તે વખતે વિઙ્ગળીના ચમકારા થાય છે, અને વખતે વિદ્યુત્પાત પણ થાય છે. વિઙ્ગળી પડવાનો ભય તે પડવા પૂર્વેજ હોય છે. એકવાર તે પડી ગયા પછી તે ભય રહેતો નથી પણ તેથી આપણને ઉલટો ફાયદો થએલો દૃષ્ટિએ પડે છે. વિઙ્ગળી પડી વર્ષાદ પડી ગયા પછી હવામાં આનંદદાયક ફાયદો થાય છે. અને હવામાંના રોગજનક પરમાણુનો નાશ થઈ હવા સ્વચ્છ થાય છે. એ પ્રમાણે વિદ્યુત્પાત એ વાસ્તવિકપણે હવા સ્વચ્છ કરવાનો સૃષ્ટિકર્મમાં એક ઉપાય છે. તે પ્રમાણે શરીરમાંનાં નુકશાન-કારક દ્રવ્ય બહાર કાઢી નાંખવાનો જ્યારે એ સ્વાભાવિક ઉપાય છે. ઉઠાંટીયો થએલા એક રોગીને ડા. કુન્હેએ સારો કરેલો તેની હકીકત નીચે લખ્યા પ્રમાણે છે:—

સને ૧૮૮૯ ની સાલના મધ્ય ભાગમાં એક ગ્રહસ્થનો ૪ વર્ષનો છોકરો ઉઠાંટીયાના દર્દથી માંદો થયો. ઉધરસ વધતાં વધતાં ઓગરડના આરંભમાં તો અતિશય આવવા લાગી, તેજ વખતે તે ગ્રહસ્થની ૨ વર્ષની એક છોડી તેજ વિકારથી માંદી પડી. ડા. કુન્હે તે છોકરાને પ્રથમ ૪ વખત ૩ નંબરનો ઉપાય રોજ કરતો હતો. એ ઉપાય પછી તે છોકરાને ગરમ કપડામાં લપેટી તેને મુવારતો હતો, કિંવા પરસેવો લાવવા માટે તેમને આતપસ્નાન\* (સૂર્ય સ્નાન) કરાવતો. આ

\* આ ઉપાયનું વર્ણન આગળ લખવામાં આવશે.

પ્રમાણે ઉપચાર કરીને જે મહીનામાં આ છોકરાંને તદ્દન સારાં કર્યાં હતાં. તે છોકરાંને ખીલકુલ સાદુ અન્ન આપવામાં આવતું હતું. તે છોકરાંને મિષ્ટ અને મસાલાવાળા પદાર્થ ખાવાની ટેવ પડેલી હોવાથી, તે છોકરાંને સાદુ અન્ન ભાવતું નહોતું, તેથી તેમને સાદુ અન્ન ખાવાની ટેવ પડવાને થોડી પંચાત પડી હતી; જે અર્થે સાદો આહાર એ હા. કુન્દેના ઉપચારના મહત્વનું અંગ છે, તે અર્થે બાળકને બાલ્યાવસ્થાથી ગળ્યા તીખા અને મસાલાવાળા પદાર્થ ખાવાની ટેવ ન પડવા દેવી એ કેટલું બધું સાઈ છે ?

નાના બાળકને કોઈ પણ રોગ થયો હોય તો તેની માએ તેને પોતાની સોડમાં લેઈને તેને પસીનો આવે તેમ કરવું એ વાત અત્યંત ફાયદાની છે. આ ઉપાયથી જેટલો ફાયદો થાય છે તેવો ખીજ કોઈ પણ ઉપાયથી ભાગ્યેજ થાય છે. રોગી બાળકને પાસે લીધાથી તેના શરીરમાંથી નિકળતાં વિષમય દ્રવ્યથી માતાને પીડા થશે એવી દહેસત રાખવાને ખીલકુલ કારણ નથી. કારણ આ બાબતમાં આપણને ઇતર પ્રાણીનો પ્રત્યક્ષ અનુભવ છે. ઇતર પ્રાણીઓ પોતાનાં રોગી અને અશક્ત બચ્ચાંને પોતાના અંગમાં દબાવીને નિરોગી અને ધાતુપુષ્ટ બનાવે છે. એમ કરવાથી તે બચ્ચાંના માબાપને કંઈ પણ ઇજા થતી નથી, એ આપણે પ્રત્યક્ષ જોઈ શકીએ છીએ. માટે કોઈ પણ રોગ થયો છતાં બાળકને પોતાની સોડમાં દબાવી તેને આપણી અંગગરમીથી પરસેવો લાવવાનો પ્રયત્ન કરવો એ માબાપનું કર્તવ્ય કર્મ છે.

### ગંડમાળ ( કંડમાળ. )

આ રોગથી અંગ તપતું નથી તેથી આ રોગીને જ્વરવિશિષ્ટ રોગની પંક્તિમાં ગણવામાં આવ્યા નથી. પરંતુ વાસ્તવિકપણે જોતાં આ પણ જ્વરનો એક પ્રકારજ છે. આ રોગ આગળ કહી ગએલા રોગો કરતાં જસ્ત ભયંકર નથી, છતાં પણ તેટલોજ ભયંકર છે. આ રોગ જીર્ણ રોગ પૈકીનો એક છે. એટલે આ રોગની ઉત્પત્તિ શરીરમાં થયા છતાં પણ તુરત આપણને તેની ખબર પડતી નથી. તેજ પ્રમાણે આ રોગ સારો થવાને પણ પુષ્કળ વખત લાગે છે. આ રોગ ધણું કરી જન્મથીજ માબાપ તરફથી પ્રાપ્ત થાય છે. જીર્ણ રોગની જાતનો આ રોગ હોવાથી આગળ કહી ગયા પ્રમાણે તે ઠંડા કિંવા સમશિતોષ્ણ હવાવાળા દેશમાંજ ધણું કરી થાય છે. આ રોગનાં લક્ષણો નીચે પ્રમાણે છે:- માથું મોટું, ચાખડો કિંવા બેસી ગયેલો ચપટો ચહેરો, આંખો રાતી, પેટ મોટું, પગ પાતળા, વાંકા ચુંકા કિંવા વિરૂપ હાથ પગ, મંદ બુદ્ધિ ઇત્યાદિક આ રોગનાં લક્ષણ છે. આ સર્વ લક્ષણો દરેક રોગીમાં હોય છે. આવાં છોકરાંના હાથપગ હમેશા ઠંડા રહે છે. અને શરીરમાં ગરમી પણ કમી રહે છે. ત્વચા નીચે અને ઇંદ્રિયોમાં વિજ્ઞાતીયદ્રવ્ય સંચય થવાથી તેમાં જોઈએ તેટલું રૂધિરાભિસરણ થતું નથી. તે કારણથી તે નિરજીવ અને થંડાં ગાર રહે છે. પરંતુ શરીરની અંદરની બાજુએ ઉષ્ણતા એટલી હોય છે કે તેને લીધે શરીરમાંનું લોહી હમેશાં તપ્યાં કરે છે.

ત્વચા અથવા અંગ થંડુંગાર જેવું રહેવાનું કારણ એ છે કે, આપણા શરીરના બાહ્ય ભાગ ઉપર ત્વચા નીચે માથાના વાળ સરખી જે હળરો રક્ત વાહિનીઓ છે. તેમાં વિજ્ઞાતીય દ્રવ્ય સંચય થઈ રહેવાથી રક્તને ચારે તરફ ફરવાનો સારો માર્ગ મળતો નથી. અને તે કારણથી રૂધિરાભિસરણ બરાબર ન થવાથી લોહીમાંથી ઉત્પન્ન થતી ગરમી શરીરને બરાબર મળતી નથી.

આ રોગથી શરીરને કોઈ પણ પ્રકારની વેદના કિંવા દુઃખ થતું નથી તેથી એ રોગ થયો છે કે નહીં, એ સર્વ શરીરની અવસ્થા જોઈને જોણખવાનું છે. આ રોગનું મૂળ કારણ શું, અને આ



રોગ શી રીતે સારો કરવો, એ સંબંધી ઔષ્ધોપેથીક ડોક્ટરોને આજ સુધી કંઈ પણ સમજાયું નથી. તેમનો આ રોગ ઉપર ઉપાય કહીએ તો રોગીને હવા ફેર કરવા જવાને કહેવું એજ છે. હવા ફેર કરવા સાર પોતાનું ગામ છોડી પરગામમાં કિંવા પરદેશમાં રહેવા જવું એ ભારે ખર્ચનું કામ છે. તે કારણથી ગરીબને એમ કરવું પરવડે તેવું નથી. સિવાય હવા ફેર કરવાથી ગુણુ પડે છે એમ ભાગ્યેજ બને છે. અને વખતે ગુણુ પડે તોપણ તે થોડા દિવસજ ટકી રહે છે.

કંઠમાળનો રોગ જેને હોય છે તેના અવયવોના આકારમાં ફેર કેમ પડે છે તેનાં કારણો નીચે લખીએ છીએ. પ્રથમ પેટમાં ઉત્પન્ન થનારાં વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય ફેલાતાં ફેલાતાં મસ્તકમાં જાય છે. અને ત્યાંથી તેને બહાર નીકળી જવાનો માર્ગ ન મળવાથી તે ત્યાં ભેગાં થાય છે. એ દ્રવ્ય મસ્તકમાં જથ્થાબંધ ભેગાં થવાથી મસ્તક ઉપરની ત્વચા તણાવા લાગે છે, અને મસ્તકનો આકાર ચોખંડો થવા લાગે છે.

હાથ પગ વાંકા ચુંકા થવાનું કારણુ પણ ઉપર લખ્યા પ્રમાણેજ હોય છે. આ અવયવોમાં સંચય થએલા વિજ્ઞતીય દ્રવ્યનો નિકાલ ત્વચાદ્વારા ન થવાથી તે ભાગમાં રૂધિરાભિસરણુ ખરાબર થતું નથી અને તે કારણુથી અવયવ નિર્ગળ અને થંડા રહે છે.

આ રોગમાં શરીરનો બહારનો ભાગ ઠંડો રહે છે, પરંતુ શરીર અંદરની ઉષ્ણતાથી શરીરમાંનું લોહી તપ્યા કરે છે, એમ આગળ કહી ગયા છીએ. આ અંદરની ઉષ્ણતાને લીધે રોગી હમેશા અસ્વસ્થ રહે છે. એ ઉષ્ણતા શરીરમાં વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય સડવા લાગ્યાથી ગુપ્ત જ્વર-ને લીધે થાય છે. આ જ્વરની ચિકિત્સા વેળાસર અને યોગ્ય રીતે ન કરવામાં આવે તો ખીજ બચંકર રોગ શરીરમાં ધીમે ધીમે થવા લાગે છે. ઘણી વખતે આ રોગ આગળ ક્ષય ઉપર જાય છે. પુષ્કળ બચંકર રોગની પ્રથમાવસ્થા આ કંઠમાળનો રોગ છે, એમ કહેવાને જરા પણ હરકત નથી.

હવે આ રોગ કેવી રીતે મટાડી શકાય એ એક પ્રશ્ન છે. આ રોગ મટાડવાને પ્રથમ શરીરમાંનો ગુપ્ત જ્વર બહાર નિકળી આવે એવા ઉપાય કરવા જોઈએ. એટલે જ્વર છતાં જે ઉપાય કરવાનું આગળ કહી ગયા છીએ તે પ્રમાણે ઉપાય કરવા જોઈએ. આંતરડાં, મૂત્રાશય અને ત્વચાનો મળ બહાર કાઢી નાંખવાની ક્રિયા શરૂ કરવા સાર રોગી પાસે નાંખર ૨ નો ઉપાય કરાવવો. આ ઉપાયથી પ્રથમ અંગ ખૂબ તપવા લાગશે. પરંતુ છેવટે પરસેવો આવી શરીરમાંથી કેટલીક ઉષ્ણતા નિકળી જશે, અને રોગી સારો થઈ જશે. રોગનો ઉપાય કેટલા દિવસ કરવો એ નિશ્ચય પૂર્વક કહી શકાય તેમ નથી. કેટલેક પ્રસંગે તો ઉપાય વર્ષના વર્ષ સુધી ચાલુ રાખવાની જરૂર પડે છે. જેમની પ્રકૃતિ ઘણીજ નિઃસત્વ થઈ ગયેલી હોય છે, એવા રોગીને આ ઉપાયથી ગુણુ આવવા ખીલકુલ શક્ય નથી.

જે કારણુથી શરીરમાંની સ્વાભાવિક ગરમી કમી થઈ જઈ અંગ ઠંડું રહે છે, તેજ કારણુથી શરીરમાં જ્વરાદિક રોગથી ઉષ્ણતા ઉત્પન્ન થાય છે, એ પણ આગળ કહેવામાં આવ્યું છે. એજ નિયમ કંઠમાળના રોગને પણ લાગુ થાય છે. આ રોગમાં અંગ જો કે બહારથી સ્પર્શ કરવાથી ઠંડું હીમ જેવું લાગે છે, તોપણ શરીરમાં ઉષ્ણતા ઘણીજ હોય છે. આ ઉપરથી એક જ કારણુથી બિન્ન લક્ષણુ ઉત્પન્ન થાય છે, અને તેજ પ્રમાણે બિન્ન બાહ્ય લક્ષણુથી રોગને બિન્ન નામ મળવા છતાં પણ તે વાસ્તિક એકજ રોગના બિન્ન પ્રકાર છે, એ વાત સિદ્ધ થાય છે.

સૃષ્ટિ મધ્યે આવા પ્રકારના ચમત્કારનાં ઉદાહરણુ પુષ્કળ મળી આવે છે. એક કીડાનું રૂપાંતર થઈ તેની ભમરી બને છે, એ વાત સર્વના અનુભવની છે. એજ પ્રકારની સર્વ રોગની સ્થિતિ છે. કીડો અને ભમરી એ જુદાં જુદાં પ્રાણી છે, એમ કાંઈ કહેવા લાગે તો આપણે તેને હસી



કાઠીએ. પરંતુ ખેદની વાત તો એ છે કે, સર્વ રોગમાં વાસ્તવિક ભેદ ન હતાં તે તદ્દન ભિન્ન છે એમ માનીને વૈદ્ય ડોક્ટરો નિરનિરાળા રોગ માટે નિરનિરાળાં ઔષધો શોધી કાઢવાની વિના કારણ કડાકુટમાં ઉતરે છે.

કંઠમાળા થએલા એક છોકરાને ડા. કુન્હેએ સારો કરેલો તેની હકીકત નીચે પ્રમાણે છે.

એક છોકરાને બીજા વર્ષે આ રોગ શરૂ થયો. આ રોગથી એ છોકરો એટલો અશક્ત થઈ ગયો કે પાંચ વર્ષની ઉંમર સુધી તો તેનાથી ચલાતું પણ નહોતું. તે છોકરાને નાના છોકરાની ગાડીમાં બેસારી ફેરવવામાં આવતો હતો. આ છોકરાના આપે મોટા મોટા ડોક્ટરોના ઔષધોપચાર કર્યા છતાં તેને કંઈજ ગુણ લાગ્યો નહીં. એટલુંજ નહીં પણ વધારે ઔષધોથી ઉલટો દુઃખમાં વધારો થયો. વૈદ્યકશાસ્ત્રના એક પ્રોફેસરે તે છોકરો ચાલો શકશેજ નહીં એમ ચોખ્ખો અભિપ્રાય આપ્યો. આ છોકરાનું માથું મોટું થએલું હતું, અંગ કઠીણ લાગતું હતું, અને ઠેક ઠેકાણે તેને ગાંઠો નિકળવાથી તેનું અંગ બેડોળ દેખાતું હતું. આગળ બતાવી ગયા છીએ તે પ્રમાણે ઉપાય તે છોકરા ઉપર કરવાથી તે છોકરાના અંગ ઉપરની ગાંઠો વેરાઈ ગઈ, અને તેનું અંગ પણ નરમ થયું. પાંચ છ મહીનામાં તે છોકરાનું માથું નાનું થતાં તેમાંનું જડ પણ કમી થઈ તેનો સ્વાભાવિક આકાર પ્રાપ્ત થયો, અને તે છોકરાની પ્રકૃતિ એટલી બધી સુધરી કે તે બીજાં છોકરાં પ્રમાણે ફરવા ને દોડવા લાગ્યો.

બાળકને થનારી આંચકી, ઝાડો, ફેલા, કર્ણમૂળ અથવા ગળગંડ વગેરે બાકીના જે રોગ છે તે પ્રત્યેક માટે જુદી જુદી માહિતી આપવાની જરૂર નથી. કેમકે પ્રત્યેક રોગનું કારણ આગળ કહી ગયા પ્રમાણે ઇતર રોગનું કારણ જે કહ્યું છે તેજ છે. પ્રત્યેક રોગમાં જ્વર કોઈ પણ રૂપે કમી કિંવા જસ્તી હોય છેજ. અને સર્વ રોગમાં આગળ કહી ગયા એજ ઉપાય કરવો પડે છે. સર્વ પ્રકારના રોગમાં નીચે લખેલી જે અવસ્થા પૈકી કોઈપણ એક જાતની અવસ્થા હોય છેજ. એક, શરીરનો ભાગ ઠંડો રહેવો, અથવા શરીરમાં અસંત ઉષ્ણતા વધવી. આ બન્ને અવસ્થા જ્વરમાંથી ઉત્પન્ન થાય છે, અને એ બન્નેનું કારણ એ જ છે, એ આગળ સ્પષ્ટ કહી ગયા છીએ. તે ઉપરથી એ પણ દેખીતું છે કે સર્વ રોગની ચિકિત્સા જ્વર પ્રમાણે કરવાની છે.

આચાર સુધી કરેલા વિવેચન ઉપરથી જે સિદ્ધાન્ત સ્થાપિત થાય છે તે અકંદર અત્રે કહું છું. શરીરમાં વિજ્ઞાતીય દ્રવ્યનો સંચય થવાથી રોગ ઉત્પન્ન થાય છે. એટલે સર્વ રોગનું મૂળ કારણ એકજ છે. સર્વ રોગનું મૂળ રૂપ જ્વર છે. અથવા સર્વ રોગ એકજ ( જ્વરના ) રોગના ભિન્ન પ્રકાર કિંવા રૂપ છે, એમ કહીએ તો ચાલે. રોગનાં બીજાં એ વિજ્ઞાતીય દ્રવ્યરૂપી વિષ તે શરીરમાંથી બહાર કાઢી નાંખી શરીરને નિરોગી કરવા માટે શરીર પોતે જે પ્રયત્ન કરે છે, તેનો કોઈ પણ રોગ એ પરિણામ છે. તેથી સર્વ રોગ સારા કરવાની રીત એટલે શરીરમાંથી વિજ્ઞાતીય દ્રવ્ય કાઢી નાખવા એજ છે. ઔષધોથી રોગને દબાવી દેવો એ કોઈ પણ રીતે સાઈ નથી. કારણ તેથી રોગ ફરીથી થવાનો સંભવ રહે છે. એટલુંજ નહિ પણ પ્રકૃતિ ઉપર પણ તેનો ખરાબ પરિણામ થાય છે. એટલે, રોગ સારા કરવાનો ઉત્તમ માર્ગ કહીએ તો શરીરમાંના વિજ્ઞાતીય દ્રવ્યને શરીરમાંથી કાઢી નાખવાને શરીરનો જે પ્રયત્ન ચાલતો હોય છે તેને મદદ કરવી, એટલે કે, શરીરને નુકશાનકારક એવાં વિજ્ઞાતીય દ્રવ્ય શરીરમાંથી પૂર્ણપણે કાઢી નાખવાં એજ છે.

પૃથ્થ આહાર એવી જાતનો જેઘએ કે તે આહાર પચવવાને શરીરને બને તેટલો કમી શ્રમ પડે. કારણ રોગ થાય ત્યારે શરીરમાંથી વિજ્ઞાતીય દ્રવ્ય કાઢી નાંખવા માટે શરીરની શક્તિ એટલી બધી ખર્ચાઈ જાય છે કે, જડ અન્ન પચવવાને શરીરની શક્તિ શીલક રહેતી નથી. આહાર

જડાન્તનો કિંવા જસ્ટી કરવામાં આવે તો તે પચાવવાને શરીરને જસ્ટી શ્રમ કરવો પડે છે. અને તેથી રોગ પોતાની મેળે સારો કરવાને શરીર જે પ્રયત્ન કરે છે તેમાં અડચણ આવે છે. સિવાય અન્નનું બરાબર પાચન ન થવાથી વિજ્ઞતીય દ્રવ્યમાં વધારો થાય છે, અને ગુણ લાગવાને વાર લાગે છે. માટે પથ્ય સંબંધી આ નિયમ લક્ષમાં રાખવાનો છે કે રોગીને થોડું અને હલકું અન્ન આપવું, અને તેની ઇચ્છા સિવાય તેને આગ્રહ કરી કંઈ પણ ખવરાવવું નહીં.

રોગીના સંસર્ગથી રોગ થાય છે, એવી જે લોકોની સમજીત થઈ ગઈ છે તે સંબંધી આ ઉકાળે થોડું લખવાનું દુસ્ત ધાર્યું છે.

પ્રથમથી વિજ્ઞતીય દ્રવ્યનો સંચય થયા સિવાય કોઈ પણ રોગ થવો શક્ય નથી. તેથી તાવ, ઉધરસ વગેરે પ્રત્યક્ષ દ્રષ્ટિએ પડતા રોગો કરતાં વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય શરીરમાં સંચય થવાને લીધે જે રોગની ગૂઢાવસ્થા ઉત્પન્ન થાય છે, તે જસ્ટી બચાવે છે. શરીરમાં વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય ઉત્પન્ન થવાની પાત્રતા અને પ્રત્યક્ષ વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય એ ઘણું કરી સર્વને માળાપની પ્રકૃતિથી પ્રાપ્ત થાય છે. માળાપ પ્રમાણે છોકરાનું સ્વરૂપ, વર્ણ, સ્વભાવ અને શુદ્ધિ વગેરે ગુણ જ્યારે બાળકમાં હોય છે, ત્યારે પ્રકૃતિ પણ માળાપ પ્રમાણે હોય તેમાં કંઈ નવાઈ સરખું નથી. તેનું પ્રત્યક્ષ પ્રમાણ એ છે કે, જે રોગ માળાપને હોય છે તેજ રોગ ઘણું કરી તેમનાં છોકરાંને થાય છે.

કંઈ રોગમાં રોગીથી વ્યવહાર રાખવાથી તે રોગ આપણને થવાનો સંભવ હોય છે. એવા પ્રકારના સંસર્ગથી છોકરાંને માળાપ તરફથી રોગ પ્રાપ્ત થએલા હોય છે. ઘણું કરી સર્વ નાના બાળકોને રોગ થાય છે તેનું કારણ એજ કે, જન્મથી તેમનાં શરીરમાં માળાપ પાસેથી રોગનું બીજ જે વિજ્ઞતીયદ્રવ્ય તે આવેલું હોય છે.

હવે કોઈ રોગ સંસર્ગથી થાય છે કે નહીં, એ સવાલ છે. ઉત્તર “હા” અને “ના” બન્નેમાં આપી શકાય જે લોક તદ્દન નિરોગી હોય છે, એટલે જેના શરીરમાં વિજ્ઞતીયદ્રવ્ય રૂપી રોગનાં બીજ બીલકુલ હોતાં નથી, એવા લોકના શરીરમાં ગમે તેટલા રોગજનક સૂક્ષ્મ જંતુ ગયા હોય, કિંવા તેણે ગમે તે રોગી સાથે સંસર્ગ રાખ્યો હોય તોપણ તેથી તેને નુકશાન થવાનું નથી. જેમની ઉપર લખ્યા પ્રમાણેની સ્થિતિ હોતી નથી તેને રોગીના સંસર્ગથી પિડા થાય છે. જે શરીરમાં વધારે પ્રમાણમાં વિજ્ઞતીયદ્રવ્ય હોય છે તો વધારે ભય રહે છે. અને જે કમી પ્રમાણમાં હોય છે તો કમી ભય રહે છે.

કોઈ પણ જ્વરાદિ શિઘ્રવિપાકીરોગ થયો એટલે શરીરમાં વિજ્ઞતીયદ્રવ્ય સડવાનું અને તેને શરીરમાંથી બહાર કાઢી નાંખવાનું કામ ચાલુ થાય છે. એ ક્રિયા રોગ સારો થવા લાગ્યો એટલે ઝપાટાથી ચાલવા લાગે છે. સંસર્ગથી રોગ ઉત્પન્ન થવાનું કારણ. સંસર્ગથી શરીરમાં રોગબીજ દાખલ થાય છે, અને તે શરીરમાંના વિજ્ઞતીય દ્રવ્યને કહોવરાવવા લાગે છે, અને રોગ ઉત્પન્ન કરે છે તે છે. માટે જ્યારે રોગી થોડો સારો થવા લાગે છે એવા વખતે શરીરમાં વિજ્ઞતીયદ્રવ્ય સડવાની ક્રિયા ચાલુ હોવાથી તે વખતે સંસર્ગથી રોગ થવાનો ભય વધારે રહે છે.

છાશ કિંવા દહીં દુધમાં નાંખવાથી દુધમાં ‘ફરમેન્ટેશન’ કે સડવાની ક્રિયા શરૂ થાય છે, એ દરરોજના અનુભવની વાત છે. હવે જે પ્રમાણે દુધ અખરાઈ જઈ થએલું દહીં કિંવા છાશ પોતાના સંસર્ગથી દુધને અંબાવી દેઈ પોતાના સરખું કરી નાખે છે, તે પ્રમાણે રોગીના શ્વાસો-શ્વાસ સાથે બહાર નીકળતાં અગર તેના મળમૂત્રમાંથી ઉત્પન્ન થતા રોગબીજનો કોઈ વિજ્ઞતીય દ્રવ્યથી ભરેલા માણસના શરીરમાં શ્વાસોશ્વાસ કિંવા અન્ય માર્ગથી દાખલ થાય તો તેને તેજ રોગ થાય છે.

એ વાત લક્ષમાં રાખવાની છે કે, જેમના શરીરમાં વિઝ્ઞાતીય દ્રવ્ય વધારે પ્રમાણમાં ભેગાં થએલાં હોય છે એવાજ રોગીને સંસર્ગથી રોગ થવાનો બંધ અને પાત્રતા હોય છે. સંસર્ગથી રોગ શરીરમાં દાખલ થવાની, બળીયા કાઢવાની, પ્લેગની રસી મુકવાની, તથા બીજા કૃત્રિમ ઉપાયથી મનુષ્ય શરીરમાં અનેક જાતની ઝેરી ચીજો દાખલ કરવી, એની વચે ફરક એટલોજ છે કે તેવી રસીઓનું વીર્ય ઘણું જ કમી કરીને અથવા સૂક્ષ્મ પ્રમાણમાં શરીરમાં દાખલ કરવામાં આવે છે. આ રસીનો શરીર ઉપર જલ્દી પરિણામ જણાય છે. હોમિયોપથીશાસ્ત્રનો પણ એવો સિદ્ધાન્ત છે કે, સર્વ ઔષધો અત્યંત સૂક્ષ્મ પ્રમાણમાં આપવામાં આવે તો તેની અસર વધે છે. જે રસીથી બળીયા ટાંકવામાં આવે છે, તે રસીથી શરીરની જીવનશક્તિ ( વાઇટલીટી ) ઓછી થઇ જાય છે, અને શરીરમાંથી રોગજનક બીજ કાઢી નાંખવાની શરીરમાં જે સ્વાભાવિક જીવનશક્તિ હોય છે તેને હાનિ પહોંચે છે. રસીના યોગથી શરીરમાં વિઝ્ઞાતીય દ્રવ્ય વધવા લાગે છે. અને તેને લીધે રોગ થવાની શરીરની પાત્રતા વધે છે. બળીયા ટાંકવાનો પ્રચાર ચાલુ થયા પછી સામાન્યતઃ સર્વ રોગ, વિશેષતઃ જીર્ણરોગ, વધતા પ્રમાણમાં થવા લાગ્યા છે. આ ઉપરથી અહિં લખેલી વાત ખરી હોવાનું જણાઈ આવે છે. તાવ ઉપર ક્વિનાઇન, એન્ટિપાયરિન, વગેરે જે ઔષધો વપરાય છે તેનો પરિણામ પણ તેવાજ પ્રકારનો થાય છે. એ ઔષધથી રોગ બીજા શરીરમાંથી બહાર કાઢી નાંખી શરીરને નિરોગી બનાવવાનો શરીરનો જે સ્વાભાવિક ધર્મ હોય છે, તે નિર્બળ થઇ જાય છે. કારણ એ ઔષધોથી શરીરમાં વિઝ્ઞાતીય દ્રવ્ય સડવાનું કમી થઇ જાય છે, અથવા બંધ થાય છે, અને વિઝ્ઞાતીય દ્રવ્યનો નિકાલ ન થતાં તે શરીરમાં તેવાજ દબાઇ રહે છે. અને તેથી રોગનું કારણ પણ શરીરમાં કાયમ રહે છે. આવા પ્રકારના ઉપાયનો પ્રચાર જાસ્તી થવાના કારણથી પહેલાં જે રોગ ક્વચિત્ થતા હતા એવા ઢણ, ગર્ભી, ક્ષય, કંઠ-માળા, જ્ઞાનતંતુ સમઘી રોગ, અપસ્માર, ઇત્યાદિ રોગ બહુ જ વધી ગયા છે. શરીરમાં જ્યારે વિઝ્ઞાતીય દ્રવ્ય ઘણું ભેગું થાય છે. ત્યારે તાવ ઉત્પન્ન થાય છે. એવા વખતે સર્વ વિઝ્ઞાતીય દ્રવ્યને એકદમ શરીરમાંથી કાઢી નાંખવાનું સામર્થ્ય શરીરમાં રહેલું હોતું નથી. તેથી ડોક્ટર ક્વિનાઇન વગેરે જ્વર દબાવનારાં ઔષધો આપે છે. આવાં ઔષધોથી રોગ શરીરમાં દબાય છે, અને તેથી આખરે શરીર ઉપર ખરાબ પરિણામ આવે છે. એવાં ઔષધો પ્રકૃતિને ઘણાંજ નુકશાનકારક હોય છે, માટે તેને શરીરમાં દાખલ ન થવા દેવાં એજ સારામાં સારો માર્ગ છે.

એકનાં એક ઔષધ કેટલાક વખત પછી રોગ ઉપર જોઇએ તેવાં લાગુ પડતાં નથી, માટે બીજાં નવીન ઔષધો વાપરવાની ડોક્ટરો હમેશાં સલાહ આપે છે. તેનું કારણ એવું હોય છે કે, જે ઔષધોથી રોગ દબાય છે તે ઔષધનો પુષ્કળ દિવસ ઉપયોગ કરવાથી તે લેવાની ટેવ પડી જાય છે. તેથી તે ઔષધો રોગ દબાવવાનું કામ કરતાં મટી જાય છે. એટલે પ્રથમના કરતાં વધારે તીવ્ર ઔષધોનો ઉપયોગ કરવાની જરૂર પડે છે. દારૂ પીનારની કિંવા અશીણ ખાનારની પણ આવીજ સ્થિતિ હોય છે. પ્રથમ તેમને જેટલા દારૂ કે અશીણથી અમલ ચઢે છે તેટલાથી કેટલાક દિવસ પછી ચઢતો નથી. અને આગળ જેમ જેમ વધારે ટેવ પડતી જાય છે, તેમ તેમ તેને તે પદાર્થનું પ્રમાણ વધારવાની જરૂર પડે છે. તમાકુ ખાનાર, પીનાર, કે સુંઘનારની પણ આવીજ સ્થિતિ હોય છે. તમાકુ ખાવાથી પ્રથમ ઉલટી થાય છે. અને સુંઘનાર કે પીનારને શરૂઆતમાં માથામાં ચક્કર જેવું લાગે છે. એ પ્રકારના લક્ષણથી આ પદાર્થ શરીરને હિતકારક નથી, તેથી તેની આપણને જરૂર નથી, એમ આપણી પ્રકૃતિ આપણને સૂચવે છે. પરંતુ તેજ કમ કંઈ દિવસ ચાલુ રાખવાથી આ વિપારી પદાર્થની (તમાકુની) ટેવ શરીરને પડી જાય છે.

### આના સરખીજ વૈદ્ય અને ડોક્ટરોના ઔપધોની સ્થિતિ છે.

ઔપધોથી જેમના શરીરમાં રોગ દેખાવી દેવામાં આવ્યો હોય છે, એવા લોકની પ્રકૃતિમાં વિજ્ઞાતીય દ્રવ્યને શરીરમાંથી બહાર કાઢી નાંખી રોગને પોતાની મેળે સારો કરવાની જીવનશક્તિ હુમપ્રાય થઈ ગએલી હોય છે. તેથી કંઈ પ્રયત્ન કારણ મળતાં તેવા લોકો ઉપર રોગનો હુમલો થવાને વાર લાગતી નથી. એવું કારણ કોઈ કોઈ વખત ઉત્પન્ન થઈ આવે છે. તે કારણ હવામાં એકદમ ફેરફાર થાય છે તે છે. અતિશય વૃષ્ટિ થયા પછી, અગર ઘણો કડક શિયાળો જઈ હવામાં એકદમ થંડી કે ગરમી ઉત્પન્ન થવાથી, કોઈ અમુક જાતનો રોગ ફાટી નિકળે છે, તેનું કારણ પણ એજ છે.

આવું શી રીતે બને છે તે એક બિદાહરણ આપી સિદ્ધ કરી બતાવીએ. ખીર દાર્થી બ-રેલી એકાદ બાટલી કાંઈ અંધારી કોટડીમાં થંડકવાળી જગાએ ભોંય તળીયા ઉપર મુકી રાખી હોય તો તેમાંનો દારૂ જલદી સડતો નથી. પરંતુ તેજ બાટલી તાપમાં અગર ઉષ્ણ હવાવાળી જ-ગાએ મુકી હોય તો તે બાટલીમાંનો દારૂ તે બાટલીને ગમે તેવો મજબુત ખુચ મારેલો હોય તો પણ તાબડતોબતે કહોવા લાગશે. તે દારૂમાં બહારથી કંઈપણ પદાર્થ અંદર જઈ તેનાથી તે દારૂમાં કહોવણ ઉત્પન્ન થયું નથી. કારણ તેને મજબુત ખુચ મારેલો હતો. હવે એ દારૂને જે ત-પાસી જોઈએ તો તેમાં આપણને મુદ્દમ જંતુ (બેસિલી) માલુમ પડશે. એ જંતુ તેમાં ક્યાંથી આવ્યા ? અર્થાત તે તેમાં ઉષ્ણતાને લીધે આપોઆપ ઉત્પન્ન થયા.

હવામાં આવજ પ્રકારનો ચમત્કાર થતો દ્રષ્ટિએ આવે છે. એક દિવસે આકાશ વાદળાં રહીત દેખાય છે અને પુષ્કળ તાપ પડતો હોય છે. બીજે દિવસે આકાશ વાદળથી ઘનધોર થએલું જણાય છે. એનું કારણ એ હોય છે કે, આગલા દિવસે હવામાં જે પાણીની વરાળ અદ્રવ્ય રૂપમાં હતી તે મધ્યંતરી હવાની થંડકથી જસ્તી ઘન થઈ તેનાં વાદળ બની ગએલાં હોય છે.

ઉષ્ણ હવાના પ્રદેશમાં ભેજને લીધે પદાર્થોનું કહોવાણુ થઈ સૂક્ષ્મ પરમાણુઓ હવામાં ઉડતાં હોય છે. આવી જગામાં જેના શરીરમાં વિજ્ઞાતીય દ્રવ્ય પુષ્કળ સંચિત થએલાં હોય એવો માણુમ જે સુઈ રહે છે તો તેને નિશ્ચય તાવ આવ્યા વિના રહેતો નથી. અને જેમ દુધમાં છાશ પડ-વાથી તે દુધ કહોવા લાગે છે, તે પ્રમાણે આ જગામાં સડના પદાર્થનાં પરમાણુ શરીરમાં જવાથી શરીરમાં રહેલાં વિજ્ઞાતીય દ્રવ્ય સડવા લાગે છે, અને તેનાથી જ્વર ઉત્પન્ન થાય છે. અવડ કુવામાં રહેલું, અને વગર વહેતું, વાપર વગરનું પાણી પીવાથી પણ આજ પ્રકારનું, પરંતુ કંઈ અંશે કમી પ્રમાણનું પરિણામ આવે છે. જે ટાંકાને તળીએ પથર કે ખડક હોય છે. એવા ટાંકામાં પાણી સ્વચ્છ રહે છે. એનું કારણ એ છે કે, તેને તળીએ પથર હોવાથી પાણીમાં રહેલો મેલ કે કચરો સડવા પામતો નથી. તેથી ઉલટું જેના તળીએ ખડક કે પથર હોતો નથી તેવા સ્થ-ળના પાણીમાં કહોવાણુ ઉત્પન્ન થઈ તે પાણી ગંધાઈ ઉડે છે.

જે તળાવમાં પાણી સામાન્યતઃ સ્વચ્છ હોય છે, એવા તળાવનું પાણી હવામાં એકાએક ફેરફાર થવાથી ગંધાઈ ઉડી બગડી જાય છે. તેનું કારણ એ છે કે, તે પાણીને તળીએ જે કાદવ કચરો કે મેલ ફરેલો હોય છે તે હવામાં એકાએક ફેરફાર થવાને લીધે સડવા લાગી, ડુલી જઈ, પાણીમાં ફેલાઈ જાય છે. એવી રીતે તળાવનું પાણી ગંધાતું થઈ પેલા મળના સૂક્ષ્મ પરમાણુઓ પાણીની સપાટી ઉપર તરી આવે છે તે જોવાથી તળાવના તળીએ કેવા પ્રકારનો અને કેટલો મળ ભેગો થએલો છે, તેનું સહજ અનુમાન થઈ શકે છે. જે પ્રમાણે અંબાઈ જઈ ખાટું થએલું

હઠી કિંવા છાશ ખીજ સારા દુધમાં નાંખવાથી તે પણ સડવા લાગી ખાટું થઈ જાય છે, તેજ પ્રમાણે તળાવના તળીએ રહેલો મળ કે કચરો સડી ઉડી તેનો પાણી સાથે સમંધ હોવાથી, તે પાણી પણ ગંધાઈ ઉડે છે. ઉપર લખ્યા પ્રમાણે પાણી ગંધાઈ ઉડે છે કિંવા નહીં તે શિયાળાના દિવસમાં અને ઉનાળાના દિવસમાં પાણીની સ્થિતિમાં થનાર ફેરફાર ઉપરથી સમજી શકાય તેમ છે. શિયાળામાં પાણી સ્વચ્છ હોય છે, તેનું કારણ એ હોય છે કે હવામાં થંડકને લીધે પાણી-માંનો કચરો સડી ઉઠતો નથી. અને પાણીના તળીએ રહે છે તે કચરો કે મળ ઉનાળાના દિવસોમાં સડી ઉડી ડુલી જઈ તેનાં સૂક્ષ્મ પરમાણુઓ થઈ તે પાણીમાં પ્રસરી જાય છે, અને પાણીની સપાટી ઉપર તરી આવે છે તેથી તે પાણી ગંધાતું ને ખેસ્વાદ થઈ જાય છે. \*

ઉપરનાં સર્વ ઉદાહરણ ઉપરથી એ વાત લક્ષમાં આવશે કે, પદાર્થ કોહી ઉઠવાનું કારણ હવા-માંના ફેરફારજ હોય છે. હવે આ હવાના ફેરફારનો ફાટી નિકળતા રોગો સાથે કેવો સમંધ છે તેનો વિચાર કરીએ.

જ્યારે એકાદ રોગ ફાટી નિકળે છે ત્યારે તે પ્રત્યક્ષ સંસર્ગથીજ ઉત્પન્ન થાય છે, એવું આ-પણુને જણાઈ આવતું નથી. કારણ જ્યારે એકાદ રોગ ફાટી નિકળે છે ત્યારે એવું બને છે કે, પાંચ દસ ઠંકાણે એકાદ રોગનો આરંભ થાય છે અથવા એકાદ શહેરમાં તે રોગ ફાટી નીકળે છે ત્યારે તે આસપાસના ગામમાં ન ફેલાતાં તે એકદમ દુરના ગામમાં જઈ ફેલાય છે.

લોકોના શરીરમાં વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય સંચય થયા સિવાય એપી રોગોનો ઉપાડ થવો શક્યજ નથી. ખારીકાઈથી અવલોકન કરતાં આપણને એમ દેખાઈ આવે છે કે, દર વર્ષે ધણું કરી કોઈ-પણુ જાતનો રોગ ફાટી નીકળે છેજ. માત્ર સર્વ દેશમાં પ્રસરવાવાળો રોગનો ઉપાડ કવચિતજ આવે છે. આવા પ્રકારનો મહારોગ સન ૧૮૯૦ ની સાલમાં ઇન્ડિયન-જાનો આવ્યો હતો. હાલનો પ્લેગનો રોગ એ પણ કેટલાક અંશે એજ પ્રકારનો છે. બળીયા, અછબડા, ઉટાંટીયો, કોલેરા, સલેખમ વગેરે રોગો પૈકી એકાદ રોગનો ફેલાવો દર વર્ષે ધણું કરી થાય છેજ. એકાદ દેશમાં કિંવા શહેરમાં રહેનાર લોકની ખાવા પીવાની કે રહેવાની પદ્ધતિ ધણે ભાગે એક સરખી હોય છે, અને તે કારણથી લોકોના શરીરમાં વિજ્ઞતીય દ્રવ્યનો વધારો પણ કંઈ અંશે સરખોજ થતો હોય છે. એટલે એકાદ ઠંકાણે હવાનો ફેરફાર થવા લાગ્યો એટલે તે વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય બહાર કાઢી નાંખવાની શરીરની ક્રિયા શીઃ થાય છે. આ અવસ્થાને આપણે રોગ કહીએ છીએ, તે આગળ કહી ગયા છીએ. આ પ્રમાણે પુષ્કળ લોકને એકજ જાતનો રોગ થવાથી આપણે તેને મહામારી

\* મને બાહ્યાવસ્થાનો અનુભવ છે કે, મને તરવાનો વધારો શોખ હતો તેથી શિયાળાના દિવસોમાં જ્યારે તળાવમાં સ્નાન કરવાને તરવા જતો તે વખતે તળાવના પાણીમાં ડુબકી મારી તળીયે જઈ તળાવમાં નાંખેલી વસ્તુ પાણી ઉપર લાવતો હતો, તે વખતે તળાવમાં નાંખેલો કઠણ ખુડે તેવો પદાર્થ તલાવના તળીયે રહેલા કાદવ કે કચરા ઉપરજ હાથમાં આવતો હતો. ત્યાંથી ઉપર લાવતાં પણ તે કચરો પાણીમાં ડોળાઈ જઈ ઉપર આવતો નહોતો. પરંતુ ઉનાળાના દિવસોમાં તળાવના તળીયેથી ઇંટ પથર કે બીજા પદાર્થ નાંખેલો ડુબકી મારી લાવતાં તળીયાનો કચરો તદ્દન ડુલીને પુષ્કળ ઉપશી આવેલો પગને તથા હાથને લાગતો હતો, ને તે કોહી જવાને લીધે ગંધાઈ ઉઠેલો જણાતો હતો. એટલુંજ નહીં પણ તલાવનું પાણી ડોળાઈ ગએલું ગંધાતું અને ખેસ્વાદવાળું જણાતું હતું. આનું કારણ તે વખત મને સમજતું નહોતું. માત્ર એટલુંજ અનુમાન થતું હતું કે તળાવમાં પાણી ખુટવાને લીધે આ પ્રમાણે બનતું હશે.



કહીએ છીએ. આવા રોગોમાં પણ આપણને એવું જણાઇ આવે છે કે, એ માણસને તેજ રોગ થયો છતાં તે રોગનાં લક્ષણો તથા તેનો પરિણામ બન્ને રોગીઓમાં ભિન્ન ભિન્ન પ્રકારનો જણાઈ આવે છે. એનું કારણ એજ કે બન્નેના શરીરમાં વિજ્ઞતીય દ્રવ્યનું પ્રમાણ ઓછું વધારે હોય છે.

ઉડતા રોગ આજ અહીં હોય છે, તો કાલે બીજા ઠેકાણે જાય છે. એનું કારણ પણ હવાજ છે. રોગનો ઉપાડ એ આગળ કહી ગયા પ્રમાણે આમાસાના પહેલા વર્ષોદ અગાઉ થનારા વિજ્ઞાનીના કડાકા પ્રમાણે છે. જે પ્રમાણે વિજ્ઞાની આજ અહીં પડે છે, અને કાલે બીજા ઠેકાણે પડે છે, તે પ્રમાણેજ ઉડતા રોગની સ્થિતિ છે. અને બન્નેનું કારણ એક હવાજ છે.

આગળના કરતાં હાલમાં કોલેરા જેવા રોગ પુષ્કળ કમી થયા છે. એનું કારણ એ છે કે ટ્રાન્કરોએ ઔષધો વગેરે કૃત્રિમ ઉપાયોથી શરીરની પોતાની મેળે રોગને સારો કરવાની સ્વાભાવિક શક્તિ એટલી બધી નિર્બળ કરી દીધી છે કે, જે રોગ વાસ્તવિકપણે વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય શરીરમાંથી કાઢી નાંખી પ્રકૃતિ નિરોગી કરવા માટેજ થાય છે, તે રોગ હવે ઘણું કરી થતાજ નથી. આવી તરેહના રોગ ન થવાથી પરિણામ એ આવ્યું છે કે ગુદરૂપે શરીરમાં રહેનાર અથવા જીર્ણ રોગનો પ્રસાર ખુબ થઈ ગયો છે. અને તે યોગથી લોક જાસ્તી નિર્મળ અને રોગીષ્ટ થયા છે. અત્યાર સુધી જે વિવેચન કરવામાં આવ્યું છે તેનો સારાંશ ફરી નીચે લખાએ છીએ.

મામાપ તરફથી છોકરાંને જે રોગ પ્રાપ્ત થાય છે તેનું કારણ મામાપના શરીરમાંનું વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય તેમની સંતતીના શરીરમાં ઉતરે છે. એ છે માટે જેમની ઇચ્છા પોતાને નિરોગી અને સુદૃઢ પ્રજા ઉત્પન્ન થાય તેવી હોય, તેમણે પોતાના શરીરમાંના સર્વ વિજ્ઞતીય દ્રવ્યને શરીરમાંથી બહાર કાઢી નાંખવાનો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ. આવા પ્રકારનો સંસર્ગ સંસર્ગજન્ય રોગીના એપ કરતાં ઘણો બચંકર હોય છે. કારણ આ સંસર્ગથી આપણી સર્વ સંતતીને દુઃખ સહન કરવું પડે છે. અને ઇતર સંસર્ગ જન્ય રોગમાં ફક્ત જેની શરીર પ્રકૃતિ આગળથીજ થોડી બગડેલી હોય છે, (જેના શરીરમાં વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય સંચય થએલાં હોય છે), એવાનેજ સંસર્ગ બાધ કરે છે. પણ બીજાને બાધ કરતો નથી.

૩૧. કુન્હેના “મુખપરીક્ષા શાસ્ત્ર” ઉપરથી શરીરમાં વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય ક્યાં અને કેટલા પ્રમાણમાં સંચિત થયાં છે, એ સમજી શકાય તેમ હોય છે.

સંસર્ગથી રોગ થવાનું કારણ રોગીના શરીરમાં સડનાર (કોઈ જનારા) વિજ્ઞતીય દ્રવ્યનાં પરમાણુ ઘણું કરી શ્વાસ વાટે શરીરમાં જાય છે, એ છે. પરંતુ જેમના શરીરમાં સડવા જેવાં વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય ન હોય, એવા મનુષ્યના શરીરમાં એવા પ્રકારનાં રોગબીજ શ્વાસ સાથે ગયાં હોય તો પણ તેને રોગ થનાર નથી. કારણ, એવાં રોગજનક બીજ યોગ્ય જમીન હોવા સિવાય ઉગી શકતાં નથી. રોગનાં બીજ ઉગી નિકળવાને વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય એકદું થએલું શરીર, તેમાંનું કહોવાણુ, ગલીચ હવા, એ તેને અનુકૂલ પડે તેવાં કારણ હોય છે. આ કારણથી કોઈ પણ રોગ થાય ત્યારે, વિશેષ કરી સંસર્ગ જન્ય રોગ થાય ત્યારે રોગીના ઓરડામાં સ્વચ્છ હવાનો નિરંતર અવર જવર થાય એવી વ્યવસ્થા રાખવી જોઈએ. ગંદી હવા શુદ્ધ કરવાના કામમાં ડિસઇન્ફેક્ટન્ટ હવાઓનો અથવા સુગંધી દ્રવ્યોનો વિશેષ ઉપયોગ થતો નથી. ઉલટું તેનાથી હવામાં નવો કચરો ઉમેરાય છે અને તેની વાસને લીધે નુકશાનકારક પદાર્થની કિંવા હવાની દુર્ગંધ સહન કરવાની આપણા નાકને ટેવ પડી જાય છે. અને જે પદાર્થની દુર્ગંધ આવે છે એવા નુકશાનકારક પદાર્થને ત્યાગ કરવાની ઢાણંદ્રિયની તત્પરતા કમી થાય છે. વિષમય ઔષધથી હવામાંની દુર્ગંધ



ઓછી કરવાનો પ્રયત્ન સફળ નિવડતો નથી. કારણ તેથી હવામાં પ્રસરેલાં રોગ બીજ કે દ્રવ્યનાં સર્વ પરમાણુનો નાશ થવો અશક્ય છે. સંસર્ગજન્ય રોગ ટાળવાનો ઉત્તમ માર્ગ કહીએ તો રોગનું મુખ્ય કારણ જે શરીરમાંનાં વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય તે શરીરમાંથી કાઢી નાંખવાં એજ છે. એ કરવાનો ઉપાય આગળ કહી ચુક્યા છીએ. તેનું વિસ્તારથી વર્ણન આગળ કરવામાં આવશે. રોગીની સુશ્રૂષા કરતી વખત તેની પાસેથી નિકળનારી જે વિષમય અને દુર્ગંધી વરાળ આપણા શ્વાસ વાટે શરીરમાં જાય છે, તે સર્વ વિષમય દુર્ગંધવાળી વરાળ લાગલીજ તરત નંખર ૩ ના ઉપાયમાં ખતાવેલું સ્નાન કરવાથી આપણા શરીરમાંથી બહાર નિકળતી માત્રમ પડે છે. એવો ડા. કુન્હેએ પોતાનો જાતી અનુભવ લીધેલો છે. આ ઉપરથી એ વાત સિદ્ધ થાય છે કે, વિષમય અને નુકશાનકારક દ્રવ્ય શરીરમાંથી નિકળી ગયા પછી આવા વિજ્ઞતીય દ્રવ્યને કાઢી નાંખવાનું સામર્થ્ય આપણા શરીરમાં લાવવાનું બળ આ ઉપાયમાં છે.

આ ઉપાયનો ઉપયોગ કરવાથી સર્વ સંસર્ગજન્ય રોગ થવાનો સંભવ દુર થાય છે. કારણ રોગબીજનો શરીર ઉપર પરિણામ થવાને આવશ્યક એવાં જે વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય તે શરીરમાં ન હોવાથી રોગ કેમ થાય ? જે પ્રમાણે શરીર બહારથી સ્વચ્છ રાખવાની અવશ્યકતા છે, તે પ્રમાણે, અથવા તેથી પણ જરૂરી, શરીર અંદરથી સ્વચ્છ રાખવું, એટલે, તેમાંથી સર્વ વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય બહાર કાઢી નાંખવાં એ છે. અત્યાર સુધી જે કહેવામાં આવ્યું છે તે સર્વનો સારમાં સાર એ છે કે, શરીર નિરોગી રાખવાને કે કરવાને શરીર અંદરથી અને બહારથી પૂર્ણપણે સ્વચ્છ રાખવું જાણ્યું.

ઉપર જે સિદ્ધાંત કહેવામાં આવ્યો છે તે પ્રમાણે વિચાર કરતાં આપણને સમજાય છે કે, સંસર્ગજન્ય અથવા ખરાબ હવાને લીધે ફેલાતા રોગ માટે ડાક્ટરો જે ઉપાયનો ઉપયોગ કરે છે તે ઉપાય કેટલેક અંશે નિરર્થક સરખા હોય છે. આપણે કોઈ કોઈ વખત એવું જોઈએ છીએ કે એકાદ ગરીબના છોકરાને બળીયા, અચ્છબડા, કે ઓરી વગેરેના રોગીના સંસર્ગથી રોગ થયેલો છતાં તે બાળક (દરેકને જુદું જુદું બીજાનું ન મળવાથી) એકજ પથારી ઉપર પોતાનાં બીજાં બાન્ધુ પાસે ઉઘે છે; તોપણ તે રોગી બાળકનો બીજાં છોકરાંને એવ લાગતો નથી એવું જ્યારે બને છે, ત્યારે તેમ થવાનું કારણ એ હોય છે કે, તે બીજાં છોકરાંના અંગમાં વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય ન હોવાથી સંસર્ગથી રોગ ઉત્પન્ન થવાની પાત્રતા તેમના શરીરમાં હોતી નથી. હવે તેનાથી ઉલટું એમ પણ બને છે કે, એકાદ કુટુંબમાં એક બાળકને સંસર્ગથી થનાર રોગ થયો છતાં હવા શુદ્ધ (?) કરનાર અથવા રોગ જંતુ નાશક ઔષધ (ડિસ ઇન્ફેક્ટન્ટસ) નો ગમે તેટલો ઉપયોગ કરવામાં આવે તોપણ તે રોગી બાળકના સંસર્ગથી બીજાં બધા છોકરાં એક પછી એક માંદાં પડે છે. એનું કારણ એજ કે ડિસઇન્ફેક્ટન્ટ દવાથી સર્વ રોગબીજનો નાશ પૂર્ણપણે થતો નથી. અને જેમાં વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય સંચિત થયેલાં હોય છે એવા શરીરમાં થોડાં રોગ બીજ ગયા છતાં તેટલાથી પણ રોગ થાય છે. એ બન્ને પ્રકાર કેવી રીતે બને છે એનો પ્રત્યક્ષ અનુભવ સદૃષ્ટિમાં આપણને બીજે ઠેકાણેથી પણ મળે છે. વગડામાં એકાદ જગાએ ઉધેંધથી ખવાઇ ગયેલા જાડની પાસે એકાદ સારું ઉધેંધ લાગ્યા વિનાનું જાડ ઝપાટાબંધ વધતું હોય છે. જે પેલું વૃદ્ધિ પામતું જાડ જન્મથીજ નિર્બળ હોત તો તેને ક્યારનીએ ઉધેંધ લાગેલી હોત. પરંતુ તે જાડ મૂળથીજ નિરોગી હોવાથી, અને ઉધેંધને જીવન અને પોષણ ચલાવવામાં જરૂરના જે રોગમય રસ તે જેમાં ન હોવાથી, તેને ઉધેંધ એ સ્પર્શ કરેલો હોતો નથી. આ ઉદાહરણ ઉપરથી વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય શરીરમાં ન હોયતો, સંસર્ગથી રોગબીજ શરીરમાં જવાથી રોગ શા માટે થતો નથી, તે સમજાયા વિના રહેશે નહીં.

આ પ્રમાણે જાણ્યા પછી એકાદ રોગ ફાટી નીકળે ત્યારે આપણને ગભરાઇ જવાનું કારણ નથી. ડા. કુન્હેના ઉપાયથી શરીરમાંનાં વિવિધ દ્રવ્ય કાઢી નાંખી શરીર નિર્મળ કરવામાં આવે તો, આપણને સ્પર્શજન્ય રોગ થવાનો ભય રહેતો નથી. આ ઉપાયથી સંસર્ગજન્ય શરીરમાં રોગ ઉત્પન્ન થવાની પાત્રતા નહીં જેવી કરી, આપણે સંસર્ગજન્ય કિંવા સ્પર્શજન્ય રોગ થએલા મનુષ્યની સારવાર કરતાં તેનાથી નજરમાં આવે તેટલો સખંધ વગર ભયે કરવાને હરકત નથી. ગામમાં મહામારી (કોલેરા)નો રોગ આલતો છતાં સંસર્ગજન્ય આપણને રોગ થશે, એવા ભયથી કોલેરા થએલા રોગી પાસે તેને જેવા પણ જેઓ જતા નથી, એવા લોકના મનનો ભય જો કમી થાય તો ડા. કુન્હેએ કરેલા શ્રમનું સાર્થક થયું એમ મનાય.

### પ્રકરણ ૫ મું.

સંધિવાત, આમવાત, વાયુથી કમર અટકી જવી, કુખડા થઇ જવું, અવયવમાં વિરૂપતા આવવી અથવા ખોડ આવવી, હાથપગની સર્દી, માથામાં અગન થવી વગેરે રોગનાં કારણ અને તેના ઉપાય.

વાયુ એ રોગ ઘણો ત્રાસદાયક છે. વિશેષ કરી જ્યારે વાયુથી સાંધા પકડાય છે ત્યારે તેનાથી અત્યંત ત્રાસ થાય છે. આ રોગનું કારણ ઘણું કરી બહુજ થોડા લોકોના જાણવામાં હોય છે. અમુક ખાવાથી અથવા હવા શરદ અથવા થંડી થવાથી આ રોગ થાય છે, એવું કારણ ઘણું કરી લોકોના સમજવામાં હોય છે. કેવળ થંડી હવા એ કારણ બરોબર છે કે નહીં, એ નીચેના ઉદાહરણથી લક્ષમાં આવશે. ધારો કે વયમાં અને પ્રકૃતિમાં સાધારણ રીતે સમાન એવા હજાર કે બે હજાર શિપાઇઓની એક પલટણ થંડી હવાના વખતમાં પ્રવાસ માટે નિકળી છે. મહીનો બે મહીના પ્રવાસ કર્યા પછી તે સર્વ શિપાઇની પ્રકૃતિ તપાસી જોઇશું તો આપણને શું જણાશે ? તે પૈકી કોઇને ઉધરસ, કોઇને તાવ, કોઇને સળેખમ, કોઇના સાંધા રહી ગયા હશે, કોઇનું માથું દુખતું હશે વગેરે જુદાં જુદાં દર્દ થયાં હશે પરંતુ તે લોકોમાંથી ઘણા તો એવા જણાશે કે જેમની પ્રકૃતિને એ પ્રવાસથી જરા પણ વિકાર થયો નહીં હોય. એટલુંજ નહીં, પરંતુ તેમને એકાદ સાધારણ રોગ પ્રવાસ કરતા પહેલાં થએલો હશે તે ઉલ્ટો મટી જઇ તેમની પ્રકૃતિ સુધરેલી માલુમ પડશે. આવી રીતે જુદાં જુદાં પરિણામ થવાનું શું કારણ હશે ? હવા તો બધાને એકજ પ્રકારની હતી. ઘણા લોકો તો એમજ કહેવાના કે તેમની પ્રકૃતિને ફેર પડવાનું મુખ્ય કારણ હવા એજ છે. પરંતુ તેમના ધ્યાનમાં એ વાત આવશે નહીં કે હવા એ જ્યારે મુખ્ય કારણ છે ત્યારે એકની પ્રકૃતિ બગડી અને એકની સુધરી, એવું ભિન્ન ભિન્ન પરિણામ એકજ હવાથી કેમ થયું ? વાસ્તવિક સ્થિતિ એવી છે કે, એ જુદાં જુદાં પરિણામ થવાનું કારણ જુદા જુદા માણસની જુદી જુદી પ્રકૃતિ છે. તેમાં હવા એ નિમિત્તના કારણભૂત છે. પરંતુ એટલા ઉપરથી એવાતસિક્ક થાય છે કે રોગનું મૂળ અને મુખ્ય કારણ હવા નથી.

શિવાય આપણને એમ પણ જણાય છે કે, વાયુથી ઘણી વખત શરીરની એક બાજુ કિંવા તેનો કોઈ ભાગ, હાથપગ કે ખભો રહી જાય છે. તેથી પણ ખાતરી થશે કે વાયુ થવાનું મુખ્ય કારણ હવાએ નથી. કારણ જો હવા એજ મુખ્ય કારણ હોય તો એકજ ભાગમાં કિંવા એકાદ અવયવને વાયુની પિડા કેમ થાય ? સર્વ શરીરને કેમ ન થવી જોઇએ ? તેજ પ્રમાણે એમ પણ

બને છે કે, કોઈ માણસ આરીબારણા પાસે જમણો પગ ઉઘાડો સામો મુકી સુઈ રહ્યો હોય અને ડાબા પગ ઉપર વસ્ત્ર ઓઢેલું હોય છતાં તેનો ડાબો પગ વાયુથી રહી જાય છે. અને જમણા પગને કંઈજ થતું નથી. તેમ થવાનું કારણ શું હશે ? તેનો ખુલાસો નીચે પ્રમાણે છે. વાયુ થએલા રોગીની સ્થિતિ આપણે લક્ષ્યપૂર્વક તપાસીશું તો તેના અંગમાં જ્વર હશેજ એમ આપણને જણાયા શિવાય રહેશે નહીં. તેજ પ્રમાણે જે ભાગમાં વાયુની પિડા થતી હશે તે ભાગને સોજે પણ આવેલો હશે, અને તેમાં દાહ થતો હશે. સિવાય વાયુ થએલા માણસને અન્નપચન પણ બરાબર થતું નહીં હોય એવું આપણને જણાશે. કોઈપણ સાંધાના ભાગમાં વાયુ થએલો હશે તે સાંધાના ભાગ ઉપર સોજે આવેલો આપણને જણાય છે, એ ઉપરથી સાંધામાં વાયુ થવાનું કારણ આપણા જાણવામાં તુરત આવવા સરખું છે. સાંધામાં જ્યારે વાયુ આવે છે ત્યારે તેના વિશિષ્ટ ભાગમાં સણુકા આવે છે. અને તે સણુકા સાંધાના નીચેના ભાગમાં હમેશ હોય છે. ડા. કુન્હે કહે છે કે સંધિવાયુથી પિડાતા ઘણા દરદી મેં જોયા છે. તેમાં સાંધાના ઉપલા ભાગ ઉપર પિડા થતી હોય એવા એક પણ દરદી મહારા જોવામાં આવ્યો નથી.

કેટલીક વખત વિજ્ઞતીય દ્રવ્યને કાઢી નાંખવા માટે જ્વરાદિ રોગ ન થવાથી શરીરમાં વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય બહુ પ્રસરીને શરીરમાં પુષ્કળ ભેગાં થાય છે. થંડી હવાના પ્રદેશમાં ૨૦-૨૫ વર્ષ ઉપરાન્તની વયના મનુષ્યના શરીર આવી સ્થિતિને વિશેષ પાત્ર હોય છે. આવા પ્રદેશ મધ્યે એકદમ હવામાં શરદી થવાથી વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય પોતાના ઉત્પન્ન થએલા મૂળ સ્થાન તરફ જવા લાગે છે. એનું કારણ એ છે કે, ઉષ્ણતાથી પદાર્થ ધ્રુવે છે અને થંડકથી સંકોચ પામે છે. આ સર્વવ્યાપિ નિયમને અનુસરીને હવામાં થંડક થવાથી આપણા અવયવો સંકોચાય છે (દબાય છે), અને તે સંકોચાવાથી તેમાં રહેલાં વિજ્ઞતીય દ્રવ્યને શરીરમાં ફરવાને જગાનો સંકોચ થવાથી તે દ્રવ્ય પોતાના ઉત્પત્તિ સ્થાન તરફ એટલે પેટ તરફ પાછાં જવા માંડે છે. રસ્તામાં સાંધાને ઠેકાણે એક સરખું ચલન વલન ચાલુ હોવાથી ત્યાં અટકી જઈ ભેગાં થાય છે. અહીં વિજ્ઞતીય દ્રવ્યના આસપાસના ભાગમાં ધર્ષણ થઈ દાહ અને સણુકા ઉત્પન્ન થાય છે. અને વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય પાછાં જતાં તેને સાંધા પાસે અટકાવ થવાથી સણુકા આવવા લાગે છે. એ કારણથી એ સણુકા સાંધાના ઉપરના ભાગમાં કદી પણ આવતા નથી.

ઉપરના કારણથી આગળ કહી ગયેલા સિપાઈના ઉદાહરણથી એ લક્ષમાં આવશે કે, વાયુ આવવાનું કારણ હવા એ ન છતાં તે શરીરમાંજ હોય છે. હવા ફક્ત નિમિત્ત કારણ અથવા અનુકૂળ સાધન હોય છે. મુખ્ય કારણ શરીરમાંનાં વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય હોય છે, એ આગળ કહેવામાં આવ્યું છે. એ વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય શરીરના જે ભાગમાં વિશેષ ભેગાં થએલાં હોય છે. ત્યાં આ વિકાર થાય છે.

એકાદ માણસને થએલો વાયુનો વિકાર પૂર્ણરીતે સારો કરવો હોય, તો જે અવયવને કિંવા જે ભાગને તે વિકાર થયો હોય, તેટલા ભાગ પૂરતો ઉપાય કરવો એ તદ્દન ગાંડપણ છે. ફક્ત તે ભાગમાંથી વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય પરસેવા રૂપે બહાર કાઢવાને તથા તે ભાગમાં થતી વેદના અંધ કરવાને તે ભાગને બહારો (વરાળ) આપવો. પરંતુ રોગ મૂળમાંથી મટાડવા માટે અને રોગનું મૂળ શરીરમાંથી કાઢી નાંખવા સારૂ શરીરના મળદ્વારોથી એ દ્રવ્યોને બહાર કાઢી નાંખવાં જોઈએ.

વાયુની ચિકિત્સા સમયે જે ઉપર કહેવામાં આવ્યું છે, તે કેવળ સંધિવાનેજ લાગુ પડે છે એમ નથી પણ તે સર્વ પ્રકારના વાયુને લાગુ પડે છે, એ વાયુથી જે ચરકા કે સણુકા ઉત્પન્ન થાય છે તેનું કારણ, વિજ્ઞતીય દ્રવ્યનું ધર્ષણ શરીરના તે ભાગ ઉપર થાય છે તે છે. એ ધર્ષણ

મૂત્રાશય, જઠર, કાળગુ, ફેફસાં, માંધા એ સર્વ ઉપર થાય છે. પરંતુ જ્યાં તે ધર્મણ બહુ જ થાય છે ત્યાં ચરકા ઉત્પન્ન થાય છે. અર્થાત્ જે ઇન્દ્રિયોમાં એ દ્રવ્ય વધારે સંચય થાય છે તે ઇન્દ્રિયોમાં વાયુને લીધે કળ કિંવા સણુકો ઉત્પન્ન થાય છે.

વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય મધ્યે હાલચાલ થઈ તે ફરવા લાગ્યાથી તેની ગતિથી ધર્મણ ઉત્પન્ન થાય છે. અને ધર્મણથી સણુકા, ચસકા કે દાહ બળવા લાગે છે. આ પ્રમાણે આ રોગના નિદાનની હકીકત છે. આ રોગ શી રીતે સારો કરી શકાય તેની માહેતી થવા માટે ડા. કુન્હેએ સારા કરેલા રોગીઓની હકીકત નીચે લખવામાં આવી છે.

એક સ્ત્રીનો જમણો પગ, પીઠ અને બોચી વાયુના વિકારથી દુખતાં હતાં એ બાઇની એકંદર પ્રકૃતિ જોતાં ડા. કુન્હેને માત્રમ પડ્યું કે તેના શરીરમાં ગુપ્ત જ્વર હોવાથી સર્વ વિકાર ઉત્પન્ન થએલા છે. તે બાઇનું અંગ એટલું બધું કળતું હતું કે તેના ઉપર ડા. કુન્હેએ ઉપાય કરવા સાર તેને ઉચકી ટખમાં બેસાર્યા પછી પણ સુમારે પંદર મીનીટ સુધી તે એક સરખી રીતે દુઃખને લીધે પોકાર કરતી હતી. તેને ડા. કુન્હેએ નંખર ડા. કુન્હેએ ઉપાય બીજા ભાગ ઉપર પણ બીજી બાઈ પાસે કરાવ્યો હતો. પંદર મીનીટ પછી તે બાઇની ખુબો બંધ થઈ હતી, અને તે પોતે પણ કહેવા લાગી કે વાયુથી આવતા સણુકા પુષ્કળ ભાગે કમી થયા છે; થોડા દિવસમાંજ તે બાઇ કોઇની મદદ શિવાય પથારીમાંથી ઉઠવા લાગી અને બીજાની મદદ શિવાય પોતાના ઉપર ઉપચાર કરવા જેટલું સામર્થ્ય તેના અંગમાં આવ્યું. થોડાં અઢવાડીયામાં તે બીલકુલ સાજી થઈ ગઈ અને પોતાનો કામ ધંધો કરવા લાગી.

એક મ્હોટી ઉમરના પુત્ર મનુષ્યને સંધિવાયુ થયો હતો. તેના ઉપર તેણે ડાકટરોનાં પુષ્કળ ઓપડ લીધાં હતાં. પરંતુ તેને ફાયદો થયો નહોતો પછી તે ડા. કુન્હે પાસે ગયો તે માણસનો ડાબો પગ સંધિવાયુથી દુખવાથી તેનાથી ચલાતું નહોતું. તેથી તે ગાડીમાં બેસી ડા. કુન્હે પાસે આવ્યો હતો. ડા. કુન્હેએ તેના દર્દનો ઉપાય ઉપર કહી ગયા પ્રમાણે બે વખત કરવાથી તે અહરથને એટલો તો ગુણુ જણાયો કે તે પોતાના પગે ચાલી ઘેર ગયો.

હવે આ અહરથના ડાબા પગનેજ વાયુ કેમ થયો હતો તેનું કારણ તપાસીએ. આ ગૃહસ્થના ડાબા પગમાં વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય સંચય થયાં હતાં. માટેજ ડાબા પગને વા આવેલો હતો, એ કોઈ પણ માણસના લક્ષમાં આવ્યા વિના રહેશે નહીં. પરંતુ એ દ્રવ્ય મનુષ્યોના એક તરફના અંગમાં વિશેષ કેમ સંચય થાય એ પ્રશ્ન રહે છે. સામાન્યતઃ એવો નિયમ છે કે. વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય એકજ ભાગમાં વિશેષ સંચય ન થતાં શરીરની બન્ને બાજુના અંગમાં પાસે પાસે સરખે ભાગે પથરાય છે પરંતુ કોઈ કોઈ વખત એવું બને છે કે વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય સંચય થવાનો પ્રારંભ એક બાજુના અંગમાં થાય છે. અને ત્યાં તેને પુરતી જગા ન મળવાથી તે પાસેના ભાગમાં પ્રસરવા લાગે છે, તોપણ જે જગાએ પ્રથમ એ દ્રવ્યોને સંચય થવાનો પ્રારંભ થયો હોય તે જગાએ તે એ દ્રવ્યનો સંચય વધારે હોય છે.

બીલકુલ નિરોગી મનુષ્યના શરીર તરફ જોઈને તે કીયા પાસા તરફ સુવે છે તે આપણાથી કહી શકાય નહીં. એવા માણસ ગમે તે પાસા તરફ સુવે તો પણ સરખુંજ છે. કારણ તે ગમે તે પાસે સુઈ રહે તો પણ તેને સરખી રીતે નિંદ્રા આવે છે. પરંતુ જેના શરીરમાં વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય સંચય થએલાં હોય છે, એવા મનુષ્યના શરીરમાં કંઈ બાજુએ વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય જાસ્તી સંચય થયાં છે એ ડા. કુન્હેના નવીન નિદાન શાસ્ત્રની સાહાયથી કહી શકાય છે. જ્યારે શરીરમાં વિજ્ઞતીય દ્રવ્યનો અતિશય સંચય થાય છે, ત્યારે તે મનુષ્યથી એકજ પાસે બધી વખત સુઈ સુઈ શકાતું નથી. રાત્રે તેને વીસ પચીસ વખત પોતાનું પાસું બદલવું પડે છે.

શરીરની જે બાજુએ વિજ્ઞતીય દ્રવ્યનો વિશેષ સંચય થએલો હોય છે તે બાજુના અવ્યવસ્થિત વિકાર જલદી થાય છે. આ કારણથી આગળ કહી ગએલા ઉદાહરણમાં જમણો પગ ઉઘાડો રાખી બારી આગળ પવનમાં સુધ ગયા છતાં ડાબો પગ શા માટે વાયુથી અટકી જાય છે કિંવા તેને પિડા થાય છે તે સમજાયા વિના રહેશે નહીં.

એક બાજુના અંગમાં વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય વધારે સંચય થવાનું કારણ કોઈ વખત એ હોય છે કે, કોઈક છોકરાના એક બાજુના અંગમાં વિજ્ઞતીયદ્રવ્ય વધારે સંચય થએલાં હોય તેવી સ્થિતિમાં જન્મ થાય છે. એમ થવાનું કારણ એ કે બાળક ગર્ભમાં છતાં તેની મા એકજ ખાસા ઉપર ઘણે ભાગે સુધ રહે છે, અથવા ગર્ભમાં બાળકનું શરીર એક બાજુએ જરતી વિજ્ઞતીય દ્રવ્યથી રચાયલું હોય છે.

આ ઉપરથી આગળ કહી ગએલા સિપાઇના દૃષ્ટાંતથી કોઇને ઉધરસ, કોઇને સળેખમ, કોઇને તાવ અને કોઇને વાયુનો વિકાર કેમ થયો એ સહેજ લક્ષમાં આવ્યા વિના રહેશે નહીં. તેજ પ્રમાણે આગળ કહી ગએલા ઉદાહરણમાં ડાબા પગને સંધિવાયુ કેમ થયો, તેનું કારણ પણ સમજાયું હશે કે તે મનુષ્યને ડાબે પાસે સુવાની ટેવ હોવી જોઈએ, અને તે કારણથી તેના ડાબા અંગમાં વિજ્ઞતીય દ્રવ્યનો વધારે સંચય થએલો હતો.

ડા. કુન્હેએ સંધિવાયુ થએલા રોગીને સારા કર્યાનાં બીજા ઉદાહરણ પણ આગળ લખીએ છીએ.

એક માણસનો થાપો અને ઠીંચણ વાથી સુજી ગયો, અને તેમાં ચસકા આવતા હતા. તે માણસથી પોતાનો પગ હલાવી શકતો નહોતો, કિંવા લાંબો કરી શકતો નહોતો. તેને આ રોગ દરવર્ષે વધતો હતો. આ પ્રમાણે પુષ્કળ વર્ષથી ચાલતું હતું. તે રોગીને જોવાથી ડા. કુન્હેને જણાયું કે તેના શરીરમાં નખથી તે શિખા સુધી વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય ભરેલાં છે, અને નવીન વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય પગના થાપા આગળ પ્રસરતાં જાય છે; અને પગમાંથી વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય પગના થાપા તરફ પાછાં ફરતાં જાય છે. એ કારણથી વિજ્ઞતીય દ્રવ્યનો થાપામાં વધારે સંચય થયો હતો. અને કેટલાક દિવસ તે ત્યાં જોવાને તેવાંજ રહ્યાં હોત તો ત્યાં તેને આમવાત થયો હોત. આ પ્રમાણે સ્થિતિ રહેવાનું કારણ કંઈ અંશે એ હતું કે, પહેલાં રોગીને ઉપચાર કરનાર વૈ.એ સર્વ શરીરની સ્થિતિ સુધારવાનો પ્રયત્ન ન કરતાં કેવળ પગના તે અવયવ ઉપર શેક વગેરે ઉપાય કર્યા હતા. આ ઉપરથી તાત્કાલિક ફાયદો થયો પરંતુ રોગનું કારણ શરીરમાં જેવું ને તેવુંજ રહ્યું હતું.

ડા. કુન્હેએ પ્રથમ એ જગાએ બાફ ( વરાળ ) આપી, તે જગાની કઠીણતા દુર કરી અને પછી નંબર ૩ નો ઉપાય કેટલાક દિવસ ચાલુ રાખ્યો. આ ઉપાય કરતાં કરતાં એ રોગી થોડાજ દિવસમાં તદ્દન સારો થઈ ગયો.

બીજો એક સંધિવાયુ થએલો રોગી ડા. કુન્હેએ કેવી રીતે સાજો કર્યો તેની હકીકત નીચે લખીએ છીએ.

એક બાઈના હાથપગને સંધિવાયુ થયો હતો. તે સર્વ ઉપાય કરીને થાકી હતી અને છેવટે ડા. કુન્હે પાસે ગઈ. તે બાઈને અન્ન પચન બરાબર થતું નહોતું, તેથી તેને આ રોગ થયો છે, એમ ડા. કુન્હેને જણાયું. આ રોગ સારો કરવાનો માર્ગ એજ કે અન્ન પાચનક્રિયામાં સુધારો કરવો, અને મૂત્રાશય તથા આંતરડાની ક્રિયા બરાબર ચાલતી રહે એવો ઉપાય કરવો. તે પ્રમાણે ડા. કુન્હેએ તે બાઈને રોજ ત્રણ વખતે ઉપરથી માર્જનનો ઉપાય કરવાને કહ્યું. અને નવીન વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય શરીરમાં ઉત્પન્ન થાય નહીં તે માટે પથ્ય કેવી રીતે રાખવું તે પણ



સમજાવ્યું. હંડા પાણીના ઉપચારથી તે બાઇને બીલકુલ ટાઢ વાતી નહોતી. એટલુંજ નહીં પણ જે તેના સાંધા પહેલાં હંડા માણુમ પડતા હતા તે આ ઉપાયથી રૂધિરાભિસરણ બરાબર થવાથી નિરોગી મનુષ્યના શરીર પ્રમાણે ગરમ જણાવા માંડ્યા.

એક વૃદ્ધ બાઇને સંધિવાયુ થયો હતો. તેણે ડા. કુન્હેને બોલાવ્યા. તે આવ્યા પછી તેણે કહ્યું કે “ કુન્હે સાહેબ આપે મારા સગાંને પુષ્કળ વખત રોગમુક્ત કરેલાં છે; પરંતુ આપનો મારા ઉપર કંઈ પણ ઇલાજ ચાલતો હોય તો કરી જુઓ. હું આજ ત્રણ વર્ષ થયાં પધારીવશ છું. આ રોગની પિડાથી મારા જીવને અત્યંત ત્રાસ થાય છે, અને તેથી મારા ધરનાં માણસોને પણ મારે લીધે અત્યંત ત્રાસ વેઠવો પડે છે. ” ડા. કુન્હેએ તેની પ્રકૃતિ જોઈ અને તેમને સમજાવ્યું કે શરીરની ત્વચા આંતરડાં છત્યાદિ મળદ્વારોની ક્રિયા નિયમસર ન ચાલવાથી આ બાઇને આ રોગ થએલો છે, તેથી એ બાઇને પુછતાં તે કહેવા લાગી કે “ મને પહેલાં સારો પરસેવો આવતો હતો, પણ હાલમાં કેટલાંક વર્ષથી તો મને બીલકુલ પરસેવો આવતોજ નથી. શિવાય મળશુદ્ધિ બરાબર થતી નથી. ત્રણ ત્રણ ચાર ચાર દિવસ સુધી મને દસ્ત ઉતરતો નથી. બાકી અન્ન પચન બરાબર થાય છે. ” મળશુદ્ધિ બરાબર ન થાય તેની કંઈ હરકત નથી, પરંતુ કેવળ ભુખ લાગે કિંવા પેટમાં ન દુખે એટલે પોતાને અન્નપચન બરાબર થાય છે. એવું સમજનાર પુષ્કળ અજ્ઞાની લોક હોય છે, તે પૈકીનીજ આ વૃદ્ધ બાઇ પણ હતી. તેથી આ બાઇને વિશેષ દોષ આપવા સરખું કંઈ નહોતું. દસ્ત સાફ થયા શિવાય અન્ન પચન બરાબર થાય છે. એવું સમજવું એ તદ્દન મૂર્ખાઇ બરેલું છે. ડા. કુન્હેએ એ બાઇને રોજ ઉપસ્થ માર્જનનો ઉપાય કરવો અને ગરમ કપડાં પહેરી અને ઓઢીને સુઈ રહેવું એ પ્રમાણે ઉપાય કરવાને સમજણ આપી. થોડાં અઠવાડીયામાં તે બાઇની પ્રકૃતિ એટલી સુધરી કે તે પોતાની મેળે ઉઠવા અને ફરવા લાગી.

આ બાઇની અન્ન પચન થવાની ક્રિયા બગડવાથી તેને પ્રથમ આમવાત થયો. અને આ આમવાતથી પછી તેને સંધિવાયુ થવાનું કારણ આ બાઇએ એવું બતાવ્યું કે, મને આગળ દુકાન સંબંધી પુષ્કળ કામ ધંધો અને શ્રમ કરવો પડતો હતો અને તેથી મને રોજ તરફ લક્ષ આપવા અને તેનો ઉપાય કરવા બીલકુલ ઝુરસદ મળતી નહોતી.

દુકાન સંબંધી કામ ધંધો છોડી દીધા પછી મને યાદ આવ્યું કે મને “ આમવાત થયો છે. ” એનો અર્થ એજ કે સાદા વાયુનો તાત્કાલિક ઉપાય કરવામાં ન આવે તો આગળ પછી તેમાંથી સંધિવા થાય છે. કેડના સાંધામાં વિજ્ઞતીય દ્રવ્યનો સંચય થઈ તે સડવા લાગ્યાથી જે દાહ ઉત્પન્ન થાય છે તેથી આ રોગની ઉત્પત્તિ થાય છે. આ રોગમાં કમરના સાંધાના હાડકા પાસે અત્યંત વેદના થાય છે. સંધિવા અને આમવાત પ્રમાણે આ રોગનો ઉપાય કરવાથી આ રોગ મટે છે.

આવા એક રોગીને ડા. કુન્હેએ સાંજે કરેલો તેણે નીચે લખેલો એક આભાર દર્શાવનારો પત્ર ડા. કુન્હે તરફ લખેલો.

“ મહાશય ! આપે મને અનંત અને અવર્ણનીય એવી યાતનામાંથી મુક્ત કર્યો તે બદલ “ હું આપનો અંતઃકરણપૂર્વક આભાર માનું છું.

“ મેં ઘણા વૈદ્યોનાં ઓસડો લીધાં તેથી મને કંઈ પણ ફાયદો ન થતાં મને પ્રકાશદ્રોષ (એક પ્રકારનો રોગ કે જેમાં પ્રકાશમાં આંખ ખુલ્લી રાખવાથી અત્યંત ત્રાસ થાય છે, અને અનેક પ્રકારનો કંટાળો આવે છે એવો રોગ ) આંખની પાંપણોને વારંવાર કંપ થવો, મુખ ઉપરની

“ શિરાઓમાં ચમકારા થવા, માથું જડ થવું, ડાબા હાથમાં ચસકા આવવા, કિંવા વેદના થવી.  
 “ એ શિવાય અશક્તતા તો એટલી બધી થઇ ગઇ કે મારાથી બીજાની મદદ શિવાય પગમાં  
 “ પહેરેલા બુટ કિંવા મોજાં કાઢી શકાતાં નહોતાં અથવા પલંગ ઉપર જઈ સુવાતું પણ નહોતું.  
 “ અશક્તિ અને ભયંકર ચાતનાથી મારા કેશ થોડાજ દિવસમાં સફેદ થઇ ગયા.

“ આ શહેરમાંના પ્રખ્યાત ડાક્ટરો અને પ્રોફેસર મળી બાર વૈદ્યોએ મને ઔષધ ઉપચાર કર્યા,  
 “ પરંતુ તેથી મને કંઈ પણ ફાયદો થયો નહીં. કેટલાક પ્રોફેસર અસાધ્ય રોગનું ઉદાહરણ હું છું  
 “ એમ માની મને પોતાના વિદ્યાર્થીને બતાવતા હતા. મહીનાના મહીના સુધી હું બુદ્ધા બુદ્ધા દવા-  
 “ ખાનામાં ‘ઇન્ડોર પેશન્ટ’ તરીકે પડી રહ્યો, પરંતુ તેથી પણ મને કંઈ પણ લાભ થયો નહીં. છેવટે  
 “ લીપ્સિક યુનિવર્સિટીના એક પ્રોફેસરે મને આપના તરફ આવવા કહ્યાથી હું આપના તરફ આવ્યો.

“ મેં તા. ૨૪ મી જાન્યુઆરીથી આપના ઉપાય કરવાનું શરૂ કર્યું. પહેલાંજ ઉપચારથી  
 “ મને પુષ્કળ પેશાબ થયો, પેટ પણ નાનું થયું, માથું પણ હલકું પડ્યું, અને હું કેટલાક  
 “ દિવસથી લાકડીના ટેકા શીવાય ચાલી શકતો નહોતો તે હવે તો હું લાકડીના ટેકા શિવાય  
 “ ચાલી શકું છું. પછી યુનિવર્સિટીના પ્રોફેસરોને ખાત્રી કરી આપવા તેજ દિવસે તેમના તરફ  
 “ જઈ મેં મારી સ્થિતિ તેમને પ્રત્યક્ષ બતાવી.

“ ત્રણ અઠવાડીયાં સુધી આપનો ઉપાય કર્યા પછી હું તદ્દન સારો થઇ ગયો. તે દિવસથી  
 “ આજ દિન સુધી મારી પ્રકૃતિ સારી છે. મને હવે સર્વ પ્રકારનું કામ કરવાની શક્તિ આવી છે.  
 “ આગળ મારાથી બીલકુલ હાલી શકાતું નહોતું તે હવે એક એક હાથે પકડું પચાશ પચાશ શેર  
 “ વજન ઉચકી શકું છું.

“ સને ૧૮૮૫ થી તે સને ૧૮૮૯ સુધી હું અહીંના નામાંકિત વૈદ્યનાં ઔષધ લેતો  
 “ હતો, પરંતુ મને ગુણ થવાને બદલે ઉલટી મારી પ્રકૃતિ જાસ્તી બગડી હતી. આપે તા. ૨૩ મી  
 “ જાન્યુઆરીથી તા. ૧૩ મી ફેબ્રુઆરી સુધી આપની નવીન પદ્ધતિ પ્રમાણે ઉપાય કરી મને આ-  
 “ રોગ્ય અને તે સાથે કામધંધો કરવાનું સામર્થ્ય આપ્યું છે.”

હાથ પગમાં શરદી અને મસ્તક તપેલું રહેવાનાં કારણ—હવે કેટલાકના હાથ  
 પગ ટાઢા હીમ જેવા અને માથું કેમ તપેલું રહે છે તે સંબંધી વિચાર કરીએ. વાસ્ત-  
 વિક જોતાં મસ્તક ઠંડું અને પગ ગરમ રહેવા જોઈએ. પરંતુ જેને શરદી ગરમી હોય છે; તેવા  
 લોકોની સ્થિતિ આનાથી ઉલટી હોય છે, આગળ કહી ગયા છીએ કે સર્વ રોગમાં જ્વર એ  
 કાંઈ પણ રૂપમાં હોય છેજ અથવા સર્વ રોગ એ જ્વરનાં લિન્ન રૂપ છે. આ સર્વવ્યાપક  
 સિદ્ધાંત પ્રમાણે ઉપર લખેલાં લક્ષણો આન્તર જ્વરને લીધેજ થાય છે. જ્વરને લીધે જ્યારે વિજ્ઞ-  
 તીય દ્રવ્ય સડવા માંડી પ્રસરવા લાગે છે, ત્યારે તે શરીરના (હાથ, પગ, મસ્તક ઇત્યાદિ) અગ્ર  
 ભાગ સુધી જઈ ત્યાં અટકે છે. અર્થાત તે જગ્યાએ તેનો ઘણોજ સંચય થાય છે. જે વિજ્ઞતીય  
 દ્રવ્ય પગમાં અને હાથમાં જાય છે તેને તે ઇન્દ્રિયાં ઘણી અડચણ થતી નથી. તે દ્રવ્ય પ્રથમ  
 અંત્રુકા અને ઇતર આંગળીઓમાં જઈ ભેગાં થાય છે. પછી પગના તળીએ ભેગાં થાય છે અને  
 તે જગ્યા ભરાઈ જાય છે એટલે પગ ઉપર ભેગાં થાય છે. આ ભાગમાં એ દ્રવ્યને લીધે  
 અડચણ થવાથી તે જગ્યાએ રક્તાભિસરણ બરાબર થતું નથી, અને તેને લીધે લોહીમાંથી  
 ઉત્પન્ન થનારી ગરમી તે ભાગમાંથી કમી થાય છે. હાથમાં પણ તેજ સ્થિતિ થાય છે.  
 કેટલાકના પગનાં આંગળાંના ટેરવાંના ભાગને પ્રથમ શરદી થાય છે જેથી તે ઠંડા રહે છે.

કેટલાકને પ્રથમ એકજ પગને શરદી જણાય છે, પરંતુ એ શરદી વધતાં વધતાં છેવટ ઘુંટણના નીચેના સર્વ ભાગમાં પથરાઈ જાય છે. આવે પ્રસંગે પગમાં મોઝાં પહેરી પગે ગરમી લાવવાનો ઉપાય કરવામાં આવે તો તેથી કેટલાક દિવસ સુધી ફાયદો જણાય છે. પરંતુ પછી પગના મોઝાંથી પણ પગની ગરમી સત્વવાતી નથી. આ વિકાર વધારે વધવા લાગ્યા પછી પગ ઉપર ગમે તેટલાં ગરમ કપડાં રાખવામાં આવે તોપણ પગમાં ગરમી આવશે નહીં. એ તો ઉધડું છે કે જે ભાગમાં રક્તાભિસરણ બરાબર થતું ન હોય તે ભાગમાં ગરમી પણ ક્યાંથી હોય ? કારણ અંગની ગરમી સાચવનાર જે લોહી તે જ્યાં ન હોય ત્યાં અંગ ગરમી તે ક્યાંથી આવે ? વાસ્તવિક જોતાં કપડાં કંઈ શરીરમાં ગરમી લાવતાં નથી પરંતુ શરીર કપડાંમાં ગરમી લાવે છે. કારણ મૂળ ઉષ્ણતા રક્તમાંથીજ ઉત્પન્ન થાય છે. કપડાં માત્ર શરીરની ગરમીને બહાર જવા દેતાં નથી. પરંતુ તે ગરમીને અટકાવી રાખી ભેગી થવા દે છે. પગમાં વિજ્ઞતીય દ્રવ્યનો સંચય થવાથી લોહીને ચારે બાજુ ફરવાને ખુલ્લી જગા ન રહેવાથી તે જગાએ જ્યારે લોહીનો પુરતો જથ્થો બરોબર રહેતો નથી, ત્યારે પછી તે જગાએ ઉષ્ણતા તે ક્યાંથી આવે ? જ્યાં રક્ત કમી અથવા જ્યાં રક્તાભિસરણ બરોબર થતું ન હોય એવા શરીરના ભાગ ઉપર ગમે તેટલાં વસ્ત્રોનો ઢગલો કરવામાં આવે તેથી શાનો ફાયદો થાય ?

પગમાં શરદી થવાનું અથવા પગ ઠંડા રહેવાનું કારણ ઉપર પ્રમાણે છે. મસ્તકમાં ઉષ્ણતા રહેવાનું કારણ તે જગાએ રહેલાં વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય એજ છે. પરંતુ જે દ્રવ્યને લીધે પગે શરદી થઈ પગ ઠંડા રહે છે તેજ દ્રવ્યથી મસ્તકમાં ઉષ્ણતા કેમ થાય, આ પ્રશ્ન કેટલાક કરશે. આ પ્રશ્નનો ઉત્તર એવો છે કે મસ્તકમાં સ્વાભાવિકરીતે લોહીનો જથ્થો પુષ્કળ હોવાથી મસ્તકમાંનું લોહી વિજ્ઞતીય દ્રવ્યને બહાર કાઢી નાંખવા યત્ન કરે છે તેથી, અને તે પ્રયત્નને લીધે એક-મેકનું ધર્મણ થવાને લીધે, ઉષ્ણતા ઉત્પન્ન થાય છે. એકજ વિજ્ઞતીય દ્રવ્યને લીધે પગે શરદી કેમ થાય છે, અને મસ્તકને ઉષ્ણતા કેમ થાય છે, તે વાંચક વર્ગના ધ્યાનમાં હવે આવ્યું હશે. આ ઉપરથી એ પણ સિદ્ધ થાય છે કે એકજ કારણને લીધે જુદાં જુદાં લક્ષણ ઉત્પન્ન થઈ શકે. વિજ્ઞતીય દ્રવ્યનો સંચય થતાં મસ્તકમાં ઉષ્ણતા ઉત્પન્ન થવી એ એક પ્રકારે સુચિન્હ છે. કારણ રોગ સાથે યુદ્ધ કરી તેને શરીરમાંથી બહાર કાઢવાનું કંઈ પણ સામર્થ્ય શરીરમાં રહેલું છે એમ તે ઉપરથી સિદ્ધ થાય છે. જ્યારે મસ્તકમાં વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય અતિશય ભેગાં થાય છે, અને તેને કાઢી નાંખવાનો પ્રયત્ન કરવાનું સામર્થ્ય શરીરમાં રહેતું નથી, ત્યારે મસ્તકમાંની ઉષ્ણતા કમી થાય છે. આ પ્રમાણે પ્રથમ મસ્તકમાં દાહ થઈ તે કેટલીક મુદત સુધી રહ્યા પછી માથું ઠંડું હીમ જેવું થવાનાં કેટલાંક ઉદાહરણ જોવામાં આવ્યાં છે. આવા પ્રકારે પ્રકૃતિમાં ફેરફાર થવો એ અત્યંત ખરાબ ચિન્હ છે. અત્યાર સુધી હાથ પગે શરદી અને મસ્તકમાં ઉષ્ણતા રહેવાનું કારણ કહેવામાં આવ્યું તે ખરું હોવાનું કારણ એ છે કે, એ કારણને અનુસરી ઉપાય કરવામાં આવે તો ફાયદો થાયજ. આગળ કહી ગયા છીએ કે પ્રથમ પેટમાં વિજ્ઞતીય દ્રવ્યનો સંચય થયા સિવાય બીજી જગાએ વિજ્ઞતીય દ્રવ્યનો સંચય થતો નથી. એ તત્વને અનુસરી હાથ, પગ, અને મસ્તકમાં વિજ્ઞતીય દ્રવ્યોને આવવાનું મૂળસ્થાન જે પેટ તેમાં વિજ્ઞતીય દ્રવ્યનો સંચય કમી કરવાનો અને પાચનશક્તિ સુધારવાનો પ્રથમ પ્રયત્ન કરવો જોઈએ. આ પ્રમાણે ઉદરમાંનાં વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય કાઢી નાંખવા ડા. કુન્હેના ઉપાય કરવામાં આવે તો ઉપરનો વિકાર નાશ પામે છે.

હવે કુબડા થઇ જવું અથવા આવાળુ થઇને કે અન્ય કારણથી શરીરનાં અંગો વાંકાંચુંકાં કે બેડોળ થઈ જવાં, ઇલાદિ શરીરની વિરૂપતા આણુનાર કારણનો વિચાર કરીએ.

**વિરૂપતા**—અત્યાર સુધી કરેલા વિવેચન ઉપરથી સર્વ રોગનું મૂળ કારણ એકજ છે એ ખ્યાનમાં આવ્યું હશેજ, પરંતુ સંધિવાયુ ઇલાદિના વિવેચન મુકી દેઈ એકદમ આ વિષય હાથમાં લીધો છે તે જોઈ આશ્ચર્ય પામવાનું કારણ નથી; કારણ જે કારણથી શરીરમાં રોગ થાય છે તેજ કારણથી શરીરમાં વિરૂપતા પણ થાય છે. શરીરનો એકાદ ભાગ કિંવા અવયવ, બેટખ કિંવા વાંકાચુંકા થઈ જવાનું કારણ તેમાં વિજ્ઞતીય દ્રવ્યનો અતિશય સંચય થવો એજ છે. જે પ્રમાણે આમવાત એ રોગમાં આમ અથવા વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય શરીરના એકાદ ભાગમાં કિંવા સાંધામાં સંચય થઈ ત્યાં કિંચિત સોજો કિંવા કંઠણાશ ઉત્પન્ન થાય છે તેજ પ્રમાણે વિજ્ઞતીય દ્રવ્યનો અવયવોમાં પુષ્કળ સંચય થવાથી તે અવયવ અક્કડ થઈ કંઠણ થઈ જાય છે, અને તે અવયવ બેટખ દેખાય છે. વિજ્ઞતીય દ્રવ્યનો શરીરમાં સંચય થઈ તેમાં ફેરફાર થવાને ઘણો વખત લાગે છે. દરમ્યાન એકાદ રોગ થઈ તે રોગમાં વિજ્ઞતીય દ્રવ્યનો નિકાલ થઈ જાય તો આ દ્રવ્યથી શરીરમાં ફેરફાર થવાનો સંભવ કેટલાક વખત સુધી બંધ રહે છે. જે વિજ્ઞતીય દ્રવ્યથી એકાદને બળીયા, બીજાને તાવ ને ત્રીજાને સંધિવાયુ થાય છે, તેજ દ્રવ્યને રોગદ્વારાએ શરીરમાંથી બહાર કાઢી નાંખવા જેમની પ્રકૃતિમાં સામર્થ્ય હોતું નથી તેવા માણસના અવયવને વિરૂપતા આવે છે. આવી રીતે વિજ્ઞતીય દ્રવ્યનો વધારે સંચય થવાના સ્થળનો વિચાર કરીએ તો શરીરના જે ભાગને વિશેષ શ્રમ અથવા વ્યાયામ થતો નથી, અથવા જે ભાગની વિશેષ હાલચાલ થતી નથી એ ભાગજ હોય છે. આવા ભાગના આસપાસ મહત્વની ઇન્દ્રિયો ન હોય તો તે સ્થળે વિજ્ઞતીય દ્રવ્યનો ઘણોજ સંચય થાય તોપણ તેથી ત્રાસ કિંવા અડચણ થાય છે એમ આપણને જણાતું નથી. શરીરના ફક્ત ડાબા કિંવા જમણા હાથ કે પગને શ્રમ પડે તેવું કાંઈ પણ જાતનું કામ કરવું, સીધા ન બેસતાં વાંકા વળી ખુંધ કાઢી બેસવું, વગેરે બાહ્ય કારણને લીધે એ વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય કંઈ ભાગમાં કમી જાસ્તી પ્રમાણથી ભેગાં થાય છે. જે અવયવ કિંવા શરીરના ભાગને વ્યાયામ કમી હોય છે તે ભાગ આ દ્રવ્યના યોગથી, બેટખ કિંવા વાંકા ચુંકા થાય છે. જેમના શરીરમાં વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય હોતાં નથી એવા નિરોગી માણસને ટટાર ન બેસવાથી કઠિ પણ ખુંધ નિકળતી નથી. કારણ તેવા માણસો થાક લાગ્યા પછી ટટાર ન બેસતાં અટલીને બેસે તોપણ તેમને વિશ્રાંતિ મળ્યા પછી તે પાછા સીધા અને ટટાર બેસે છે તેથી તેમનું શરીર આગળની પેઠે સિધ્ધુ અને સરળ થાય છે.

વગડામાં કિંવા ખેતરમાં વાંકા વળી કામ કરનાર ગામડાના લોકની પીઠ ક્વચિત ખુંધી થએલી હોય છે. તે વાંકા વળીને કેટલીક વાર કામ કરતા હોય છે પરંતુ તે ઉભા થાય છે એટલે તેમનું શરીર બીલકુલ સિધ્ધુ દેખાય છે. શરીર વિરૂપ થવાના અનેક પ્રકાર છે. અમુક અવયવ કિંવા શરીરનો અમુક ભાગ વિરૂપ થવો એ કામ ધંધા અને ઇતર ટેવ ઉપર અવલંબીને રહે છે; અથવા જે પાસા તરફ આપણે વિશેષ સુધએ છીએ તે ઉપર પણ આ વાત અવલંબી રહે છે. કેટલીક વખત શરીરની મૂળની સ્વાભાવિક પ્રકૃતિ અર્થાત માખાપ તરફથી શરીરને પ્રાપ્ત થએલો ધર્મ એ એક કારણ હોય છે.

એક સરખા આકારનાં બે માણસ ભાગ્યેજ હોય છે તોપણ નિરોગી માણસનો સ્વાભાવિક આકાર કેવો હોય છે, એની કદપના થવા માટે નિરોગી માણસની આકૃતિ છેવટના ભાગમાં આપવાનો ઇશિદો છે.

નિરોગી માણસના સર્વ અવયવ પ્રમાણસરજ હોય છે. કોઈ અવયવ વ્યાજખી કરતાં ઘણો લાંબો, ટુંકો, જાડો કે પાતળો હોતો નથી. રોગી મનુષ્યના અવયવો એથી ઉલટા પ્રકારના હોય છે.

ડા૦ કુન્હેના નવીન રોગપરીક્ષાશાસ્ત્ર ઉપરથી રોગની શરૂઆત થવાનો આરંભ થયો કે તુરત તે વાત સમજી શકાય છે. અને તે સમજ્યા પછી તરતજ ઉપાય કરવા લાગ્યાથી આગળ રોગ થવાનો અથવા શરીર કદરૂપુ થવાનો ભય રહેતો નથી. કારણ એવો નિયમ છે કે ડાખા નિતંબ મોટા થયા પહેલાં પ્રથમ બોચી તે બાજુએ વિજ્ઞતીય દ્રવ્યનો સંચય થઈ મહોટી થએલી હોય છે. આ પ્રમાણે બોચીનો આકાર જોઈ શરીરમાં વિજ્ઞતીય દ્રવ્યનો સંચય થયો છે, એમ સમજાઈ આવે. આપણે વિજ્ઞતીય દ્રવ્યને શરીરમાંથી કાઢી નાંખવાનો ઉપાય કરી શકીએ. જે વિજ્ઞતીય દ્રવ્યથી આગળ કહી ગયા પ્રમાણે બળીયા તાવ વગેરે રોગ થાય છે, તેજ દ્રવ્યથી શરીરમાં વિરૂપતા પણ થાય છે. અને જે ઉપાયથી ઉપર લખેલા રોગ સારા થાય છે, તેજ ઉપાયથી વિજ્ઞતીય દ્રવ્યનો સંચય થવાથી, શરીર બેડોળ અને વિરૂપ થઈ ગયું હોય છે તે સારું કરી શકાય છે.

ઉપર કહેલી વાતનો ખરો બનેલો જાતી અનુભવનો દાખલો ડૉ. કુન્હે રજુ કરતાં જણાવે છે કે, એકજ દિવસે તેની પાસે ત્રણ જુદી જુદી જાતના દરદવાળા રોગીઓ ઉપચાર માટે આવ્યા હતા. પહેલો દરદી એક તેર વર્ષની ઉમ્મરનો છોકરો હતો જેની પીઠપર ખુંધ નિકળેલી હોવાથી તે વાંકો વળીને બે લાકડીઓના ટેકાવડે થોડાંક ડગલાં માત્ર ચાલી શકતો હતો. બીજા દરદી તરિકે એક સ્ત્રી આવી હતી જેને દર માસે ઋતુકાળ વખતે અતિશય રક્તશ્રાવ થઈ જતો હતો. એક નવ વર્ષની વયની છોકરી ત્રીજા નંબરની દરદી હતી, તેને ભયંકર ચામડીનો રોગ થયો હતો, અને ઘણી ઘણી દવાઓ કર્યે ફાયદો બિલકુલ ન થયો ત્યારે તે ડૉ. કુન્હે પાસે ગઈ હતી. વય, શરીરની શક્તિ, અને સામાન્ય પ્રકૃતિ પ્રમાણે થોડોક ફેર રાખીને ત્રણે પ્રકારનાં આ દરદીને એકજ જાતના ઉપાય કરવાથી દરેકના પોતપોતાના વ્યાધિ મટી ગયા હતા. હવે જે ઉપર કહેલા ત્રણે રોગનું મૂળ કારણ જો એકજ હોય તોજ જુદી જુદી જાતના તે ત્રણે રોગ એકજ ઉપાયથી મટી શકે. અને જ્યારે ખરેખર એકજ જાતના ઉપાયથી ત્રણે રોગ મટી ગયા એમ પ્રત્યક્ષ પ્રયોગથી જોવામાં આવ્યું ત્યારે તે ચોક્કસ રીતે સાબીત થાય છે કે તે ત્રણે રોગોનું મૂળ કારણ પણ એકજ હોય છે.

બીજો એક દાખલો પણ જાણવાજોગ છે. પચાસ વર્ષની વયના એક માણસના ધડ અને પગની લંબાઈઓનું પરસ્પર પ્રમાણ બરાબર નહોતું તેથી તે બહુ કદરૂપો દેખાતો હતો. ગરદનની નીચેથી કેદ સુધીનો ભાગ જોઈએ તે કરતાં લાંબો હતો, પણ ગરદન અને પગ બહુ ટુંકા જણાતાં હતાં. આ માણસે ડૉ. કુન્હેના ઉપચારો બરાબર રીતે પુરેપુરાં ચાર વર્ષ સુધી સતત અજમાવ્યા. જેમ જેમ ઉપચારો ચાલુ રહ્યા તેમ તેમ પોતાનો સુરવાળ તેને ટુંકો પડતો ગયો અને કાટ ખભા આગળથી બહુ ખુલતો થતો ગયો, તેથી આ દરદીને પોતાનાં કપડાં બરાબર બંધ બેસતાં રાખવા માટે વારંવાર દરજની હુશીયારીની મદદ લેવી પડતી હતી. ચાર વર્ષની મુદત પુરી થતાં તેના શરીરના સર્વ અવયવો પોતપોતાના કુદરતી પ્રમાણસર લગભગ થઈ ગયા, અને તેના શરીરની વિરૂપતા ઘણે ભાગે જતી રહી.

અત્યાર સુધીના વિવેચન ઉપરથી વાંચનારની ખાત્રી થઈ હશેજ કે સર્વ રોગો—અથવા



તો સર્વ રોગનું કારણ—એકજ છે. બુદ્ધિપૂર્વક આરિકાદથી અવલોકન કરનારને આ સિદ્ધાંતની સાખીતીના ઘણા દાખલા દરરોજ મળી આવે તેમ છે.

આ વિષય સમાપ્ત કરતા પહેલાં, રોગની પરીક્ષા કરવાની હાલમાં ચાલુ વપરાશમાં આવતી સર્વ રીતો કરતાં “**મુખ પરીક્ષા શાસ્ત્ર**” વડે રોગોની પરીક્ષા કરવાની નવીન વિદ્યા કેટલી ચઢીચાલી છે, તે બતાવી આપવા માટે થોડાક પુરાવા રજુ કરવાનું હીક થઇ પડશે.

સર્વ વૈદ્ય, હકીમ, ડૉક્ટરો પાસે રઝળી રખડી સાળ થવાને બદલે પ્રકૃતિ છેકજ બગાડી એકા પછીજ દરદીઓ ડૉ. કુન્હે પાસે જતા હતા, અને હાલમાં પણ આ કુદરતી રોગોપચાર વિદ્યાના હિમાયતીઓ પાસે લગભગ બધા દરદીઓ આવાજ પ્રકારના આવે છે, તેથી હાલમાં પ્રચારને પામેલી રોગ પારખવાની પદ્ધતિઓની ઉપયોગીતાની ખરી તુલના કરવાનો ડૉ. કુન્હેને બહુજ સારો લાગ મળ્યો હતો. અને તેના હાલના અનુયાયીઓને પણ આવો લાભ મળવો ચાલુ રહ્યો છે. દાખલા તરિકે, એક વખત એક કદાવર, ઉંચો માણસ, જેને લોકો તો સાધારણ રીતે તંદુરસ્તીની ભૂતિ તરિકેજ માની લે તેવો, ડૉ. કુન્હે પાસે સલાહ લેવા ગયો, અને જણાવ્યું કે પોતે કામ કરવાને તદ્દન અશક્ત છે. તેણે વધારામાં જણાવ્યું કે “મેં ઘણાક પ્રસિદ્ધ ડૉક્ટરોની મુલાકાત લેઇ શરીર તપાસાવ્યું છે. તેમણે છાતી ઠોકી, કર્ણનલિકા (સ્ટેથોસ્કોપ) વડે હૃદયના ધબકારા સાંભળી, પેટ વગેરે દયાવી જોઈ, તેમજ બીજી સાધારણ રીતે તપાસ કરી મને જણાવ્યું કે, તું તદ્દન તંદુરસ્ત છે, અને તપાસ કરતાં તારા શરીરમાં કંઈજ વ્યાધિ જડી આવતો નથી. પોતે રોગી હોવાનો માત્ર ખોટો ખ્યાલ તારા મનમાં બરાઈ ગયો છે. અને તેથી ઉપાય તરિકે તારે હવાફેર કરવા મુસાફરીએ નિકળવું, જેથી રોગ સંબંધી મનમાં ઘોળાયા કરતા ખોટા અને નકામા વિચાર વિસારે પડશે, અને શરીર સુધારા પર આવેલું તને લાગશે. હું તેઓની સલાહ પ્રમાણે બરાબર ચાલ્યો, પરંતુ તેનાથી કંઈજ લાભ જણાયો નહિ ત્યારે તમારી પાસે આવ્યો છું.” આ દરદીના ગળા તથા માથા તરફ નજર ફેંકતાંજ, અને પછી માથાને જમણી તથા ડાબી બાજુએ ફેરવીને ગળાને બહારથી બરાબર તપાસતાંજ ડૉ. કુન્હેને સ્પષ્ટરીતે માલૂમ પડ્યું કે, તે માણસના શરીરમાં રોગજનક વિજ્ઞતીય દ્રવ્યનો મોટો સંચય થયેલો છે. પોતાના હમેશ મુજમના પાણીના ઉપાય કરવાની ડૉ. કુન્હેએ ભલામણ કરી, અને તે પ્રમાણે ચાલતાં દોઢ માસમાં તેના શરીરમાંથી એટલો તો વિજ્ઞતિય દ્રવ્યનો કચરો નિકળી ગયો કે પોતે આખો દિવસ થાક્યા વગર કામ કરી શકે છે, એવો શુભ સંદેશો ડૉક્ટરને કહાવી મોકલ્યો. રોગની પરીક્ષા કયી વિદ્યા વધારે સારી રીતે કરી શકે છે, તે આ વાત ઉપરથી જોઈ શકાશે. આના જેવાજ દાખલા, જેમાં લોકો જે માણસોને આરોગ્યની પ્રતિમારૂપ ગણતા હોય તે માણસો પોતેજ તે વાતનો ઇનકાર કરી, પોતે હમેશ રોગી રહ્યા કરવાની ફર્યાદ કર્યા કરતા હોય તેવા ઘણા દાખલા વારે ઘડીયે જોવામાં આવ્યાની વાત ડૉ. કુન્હે લખે છે. આવા દરદીઓને વૈદ્ય ડૉક્ટર પાસે જવું પણ ગમતું નથી, કારણ અગાઉના અનુભવ ઉપરથી તેમની ખાત્રી થયેલી હોય છે કે, ડૉક્ટરો તેમના રોગને માત્ર મનઃકલ્પિતજ ગણી કાઢશે. રોગની પરીક્ષા કરવાની ચાલુ રીતો કેટલી અપૂર્ણ અને નિર્માલ્ય છે તેની ખાત્રી, ડૉ. કુન્હે કહે છે કે, આવા દાખલા ઉપરથીજ થઇ શકે છે.

બીજો એક દાખલો પણ કુન્હે આપે છે. એક અરાડ વર્ષની છોકરીને “કલોરોસીસ” નામનો રોગ થયો હતો. જેને લીધે શરીરની લાલાશ ઓછી થઈ તેને બદલે શરીરનો રંગ લીલાશ પડતો થયો હતો અને તે સાથે હાંફ ચઢતો હતો અને માસિક ઋતુસાવમાં પણ બિમાર

થયેલો હતો. બીજા ડૉક્ટરોએ એવો અભિપ્રાય આપ્યો હતો કે, તે છોકરીના શરીરમાં માત્ર “કલોરોસીસ” ની થોડી અસર છે, બાકી બીજી બધી રીતે તે તદ્દન તંદુરસ્ત છે, અને જે થોડું લોહ લેશે તો ટુંક મુદ્દતમાં પુરેપુરી સાજી થઈ જશે. ડૉક્ટરોની આવી સલાહ પ્રમાણે તે છોકરીએ લોહ ધણો વખત ખાધું હતું પણ તેથી તેનું લોહી સુધર્યું નહિ. ડૉ. કુન્હે કહે છે કે, મારા “મુખ્ય પરીક્ષા શાસ્ત્ર” ના જ્ઞાને મારી ખાત્રી કરી આપી કે તે છોકરી “તદ્દન તંદુરસ્ત” અને વળી તેજ વખતે “કલોરોસીસ” હોઈ શકેજ નહિ, કારણ કે તેના શરીરમાં વિજ્ઞતિય દ્રવ્યનો મોટો સંચય થયેલો હતો. છેક વાળ જેવી ઝીણી નસો જે લોહીને તંદુરસ્ત હાલતમાં આમડીપર સરખીરીતે પ્રસારે છે, તે આ છોકરીના શરીરમાં પુરાર્ધ ગયેલી હતી, અને તેથી ત્વચાના બહારના ભાગમાં લોહી પુરતા પ્રમાણમાં પહોંચી અને ફરી શકતું નહોવાથી, આમડી શીક્ષી અને રોગી દેખાતી હતી. આનું કારણ ધણું વર્ષની અપૂર્ણ પચનક્રિયાજ હતી, જે વાત દરદીએ પોતે પણ કબુલ કરી. આ ટેકાણે ખાસ કહેવાની જરૂર છે કે, તંદુરસ્ત માણસની પચનશક્તિ કેવી હોવી જોઈએ તે ધણુંખરાં માણસો જાણતાંજ નથી, અને તેથી તેવી જાતની પાચન શક્તિની મોટી અગત્ય લોકોના ખ્યાલમાં પણ રહેતી નથી. આ વાતનાં તાજાં દૃષ્ટાંત દરેક કૃશળ વૈદ્ય ડૉક્ટરને દરરોજ મળી આવે છે. આ છોકરીને મેં આગળ કહેલા માણસના જેવાજ જળોપચાર કરવાની બલામણુ કરી, અને તે પ્રમાણે ચાલતાં થોડાક મહીનામાં તેનો રોગ સમૂળગો જતો રહ્યો, અને તેનો દેખાવ તદ્દન ફરી ગયો. આ ઉપરથી પ્રચલિત રોગ પરીક્ષાની પદ્ધતિએ દરદીની ખરી સ્થિતિ જાણવાને કેટલી અશક્ત હોઈ ભુલાવામાં પડે છે તે બરાબર રીતે જણાઈ આવે છે. કારણ કે ખરા રોગ જે પોતે વિજ્ઞતિય દ્રવ્યના ભરાવાથી પેદા થયો હતો તેની માત્ર બહારની નિશાની તે “કલોરોસીસ” હતી. અને શરીરમાં વિજ્ઞતિય દ્રવ્યનો કચરો એકઠો થવાનું કારણ અપૂર્ણ પચન ક્રિયાજ હતી. હવે આ બધી વાતનો નિર્ણય ડૉ. કુન્હેએ દરદીના ગળા તથા માથા તરફ જોતાંજ કરી દીધો, પરંતુ બીજા ડૉક્ટરો તો તે વાત ખોળી કાઢવાને અશક્ત નિવડ્યા.

એક વધારે દૃષ્ટાંત લ્યો. બહુજ સખ્ત બંધકોશથી પિડાતી એક બાઈ ડૉ. કુન્હે પાસે ગઈ હતી. કોઈ પણ દવાની તેના રોગપર અસર થઈ નહિ ત્યારે ડૉક્ટરોએ તેને કહ્યું કે તારે ચિંતા કરવાનું કાંઈ કારણ નથી, કેમકે ધણુંએ કેવળ નિરોગ માણસોને બંધકોશની પિડા રહ્યા કરે છે, અને તે જો મટે તો પોતાની મેજે એમને એમ મટી જાય છે. આ બાઈને તપાસતાં ડૉ. કુન્હેને જણાયું કે તેનું શરીર બહુજ મલપૂર્ણ બનેલું હતું, અને ખાસ કરીને કચરાનો પેટમાં ધણોજ ભરાવો થયેલો હતો જેને લીધે ત્યાં લાંબા વખતથી અંદરની બાજુએ ધણીજ ગરમી રહ્યા કરતી હતી. અને આવી સખ્ત ગરમીને લીધે આંતરડાંમાં પેદા થતા રસ બધા સુકાઈ જતા અને ઝાડાનો ભાગ અંદર બળીને સુકો લાકડા જેવો થઈ જઈ આંતરડાંમાંજ ભરાઈ રહેતો હતો. તેને જળોપચારના સામાન્ય ઉપાય બતાવવામાં આવ્યા, અને શરૂઆતનાં થોડાંક સ્નાન લીધા પછી બહુજ થોડા વખતમાં અંદરની ગરમી બહાર નિકળી આવવા લાગી જેને લીધે દસ્ત સાફ આવવા લાગ્યો. આ દાખલા ઉપરથી પણ પ્રચલિત રોગનિદાન પદ્ધતિઓની અપૂર્ણતા જણાઈ આવે છે. એક માણસ તદ્દન તંદુરસ્ત હોય છતાં તેને બંધકોશ રહ્યા કરે એના કરતાં વધારે ભૂલભરેલો બીજો કોઈ વિચાર હોઈ શકે નહિ. આવી માન્યતા સત્યથી કેટલી બધી દૂર છે ! બહારનાંજ ચિન્હો જોનાર પણ તેનાં અંદરનાં કારણો ખોળી કાઢી શકવાને અસમર્થ બાળકોજ આવો વિચાર બાંધી બેસે. પરંતુ ખરીરીતે તો નબળી પચનક્રિયા એજ સર્વ જાતના રોગની જનની છે.

## પ્રકરણ ૬ કું.

### કુનેહના ઉપચારોની વિધિ.

બાષ્પસ્નાન, સૂર્યસ્નાન અથવા આતપસ્નાન, માર્જન કે ધર્ષણ સાથેનું કટિસ્નાન,  
ઉપસ્થ માર્જન વગેરે.

તરેહવાર જાતના વ્યાધિઓ અને તેઓનાં કારણોનું વર્ણન અને વિચાર પાછલાં પ્રકરણોમાં કરી ગયા પછી મનુષ્યજાતને લાગુ પડતા વિવિધ વ્યાધિઓને મટાડવાનાં સાધનો વિષે માહિતગાર થવાની અગત્ય ઉપસ્થિત થાય છે, અને આ બાબતમાં પણ વળી એકજ પ્રકારનો ઉપાય સર્વ રોગો ઉપર લાગુ પડવાની આપણે ચોક્કસ આશા રાખી શકીએ, કારણ કે આપણે જોઈ ગયા છઈએ તેમ સર્વ રોગોનું મૂળ કારણ પણ એકજ હોય છે.

સૌથી પ્રથમ તો બાષ્પસ્નાન જેને આપણે સાધારણ રીતે નાસ લેવો અગર બાદ લેવો કહીએ છીએ, તે કેટલાક ફેરફાર સાથે ધણા રૂપમાં લઈ શકાય છે. ત્વચા અથવા ચામડીનું કામ નિયમિત બનાવવામાં બાષ્પસ્નાન એ ઘણોજ વિશ્વાસપાત્ર અને ઉપયોગી ઉપાય છે, અને જે લોકો પોતાની તનદુરસ્તી જાળવી રાખવા માગતા હોય, તેમજ જે દરદીઓ ફરીથી તનદુરસ્ત અને ખૂબસુરત બનવા ઇચ્છતા હોય તેઓને માટે બાષ્પસ્નાન એ એક અતિશય મહત્વનું સાધન છે.

#### સર્વોગ બાષ્પસ્નાન.

આપણે આગળ કહી ગયા છઈએ કે કુદરત ચામડીવાટે પરસેવાના રૂપમાં શરીરમાં થતો કચરો બહાર કાઢી નાખે છે. આથી શરીરમાં દવાનું કોઈ પણ વિષ દાખલ કર્યા વિના પુષ્કળ પરસેવો થાય એમ કરવું, એ કુદરતને મદદ કરનાર નિર્દોષ ઉપાય છે. સારી પેઠે શરીરની મહેનત કરવાથી અથવા કસરત કરવાથી પરસેવો થાય છે, પણ પરસેવો થાય એવી કસરત નબળા રોગીઓ કરી શકતા નથી, તેમજ નિરોગી માણસોથી પણ ઘણે પ્રસંગે પુષ્કળ પરસેવો થાય એટલી કસરત ધીરજથી થઈ શકતી નથી, આથી પુષ્કળ પરસેવો થવા માટે રોગીએ તથા નિરોગ રહેવાની ઇચ્છા રાખનારે નીચેનો પ્રયોગ કરવો.

જેમને સગવડ હોય તેમણે નેતરનો ભરેલો એક માણસ સુધી શકે એવો ખાટલો કરાવવો. અને નેતરનો ભરેલો ખાટલો ન મળી શકે તો વહાણનો ભરેલો ખાટલો પણ ચાલી શકશે. આવા એક ખાટલા ઉપર કંચું પાથર્યા વિના તથા કોઈ પણ વસ્ત્ર શરીરપર રાખ્યા વિના દરદીએ ચત્તા સુધી રહેવું. જેમને આવા ખાટલાની સગવડ ના હોય તેમણે બેઠા બેઠા આ પ્રયોગ કરવો. ખાટલા-પર સુતા પછી સારા ખળખળતા ઉકળતા પાણીનાં બે તપેલાં એક વાંસા આગળ અને એક પગ આગળ રહે એવી રીતે ખાટલા તળે મુકી દેવાં. રોગીનું આખું શરીર તથા ખાટલાની ચારે બાજુઓ છેક નીચે સુધી ઢંકાઈ રહે એવી રીતે બનાત, બનુસ કે એવાંજ બીજાં ઉનનાં વસ્ત્રો તેને ઓઢાડવાં. વરાળ બહાર નીકળી જાય એવું કોઈ પણ બાક ના રહે એવી સાવધાનતા રાખવી. કદી સુનાર દરદી મુખ ઉપર પણ ઓઢશે તોએ હરકત નથી. મોઢે ઓઢવાથી પેહેલાં કદાચ સહજ મજરામણ લાગશે પણ પછી સાફ લાગશે. ઉપર કહ્યું તેમ આશરે બે ઘડા પાણી નજીકના ચુલા ઉપર ઉકળતું તૈયાર રાખવું, અને દરદી મોટી ઉમરનો હોય તો ગરમ પાણીનાં ત્રણ વાસણ ભરી ખાટલાની નીચે ઝડપથી મુકી દેવાં. એક વાસણ કમ્મર નીચે રાખવું, બીજું વાસણ પગની પીડિઓ નીચે રાખવું, અને ત્રીજું ખાંધ નીચે રાખવું. બાળકને માટે તો એકજ વાસણ બસ થઈ પડશે.

અને તેને કમ્બરથી જરા ઉપર પીઠ હેઠળ રાખવું. મૂખ્ય મતલબ આદ્ર આપવાની છે. એક વાર મુકેલાં વાસણોથી પુરતી આદ્ર આવે તો પાણી બદલવાની જરૂર નથી, પણ જો આદ્ર પુરતી ના આવે તો પાણી ટાટું થાય કે તે વાસણ કાઢી તેની જગ્યાએ ફરી ખીજું ઉકળતા પાણીનું વાસણ મુકી દેવું. અને જો તેમ કરવું ફાવે એવું ના હોય તો અગાઉથી જો ત્રણ ઈંટો તપાવી રાખવી, અને તેમાંથી એક ઈંટને છાંટા ઉડી રોગી દાઝે નહિ એવી રીતે સાચવીને ધીમેથી પાણીના વાસણમાં મુકી દેવી. આથી વરાળ વધવાથી પરસેવો સારી રીતે થવા માંડશે. વળી પાંચેક મિનિટ પછી ખીજી તપાવેલી ઈંટ અંદર સંભાળીને નાખવી. વળી પાંચ મિનિટ પછી ત્રીજી નાંખવી. આથી જોછએ તેટલી વરાળ થશે. આ રીતે ગરમ પાણીનાં તપેલાં બદલીને અગર તો ઠંડાં થઈ ગયેલાં તપેલાંમાં ગરમ કરેલી ઈંટો ખુરાડીને દરદીને પુષ્કળ પરસેવો લાવવો. પરંતુ એક તપેલું કાઢી લઈ ખીજું મુકવામાં અગર તો તપાવેલી ઈંટો ખુરાડવામાં બહુ વિલંબ થવો ના જોછએ, કેમકે આદ્રની અસર શરીરને જારી રહેવી જોછએ. પાસાના ભાગમાં જોછએ તેટલો પરસેવો થયા પછી, એટલે કે દશ કે પંદર મિનિટ પછી, દરદીએ ઉંઘા સુઈ રહીને પેટ વગેરે આગલા ભાગને પણ પરસેવો થવા દેવો. શરીરના જે ભાગમાં દરદ અથવા વિજાતીય દ્રવ્યનો વધારો ભરાવો હોય તે ભાગને પરસેવો જલદી વળતો નથી, અને આવા ભાગો ઉપર વધારે વરાળ આવે એવી રોગીને પોતાને ઈચ્છા થાય છે. આ ઈચ્છાને અનુસરી તે તે ભાગો ઉપર વધારે ગરમી લાગે એવી વ્યવસ્થા કરતા રહેવું. બાળકોને પ્રભુ આ બાળપણનાં તેમની શક્તિ પ્રમાણે કરાવી શકાય છે. મોટા માણસે ઉપર લખ્યા પ્રમાણે બધું થઈને પા કલાક અથવા અડધા કલાક સુધી ઈચ્છા પ્રમાણે પરસેવો થવા દેવો. જે દરદીઓને ખુરશી ઉપર બેસી વરાળ લેવાનું વધારે અનુકૂળ લાગે તેમણે ખુરશી ઉપર બેસીને પોતાના શરીરને તથા ખુરશીને ખાટલાની પેડે ગરમ કપડાથી ઢાંકી દેવું. ઉકળતા પાણીનું તપેલું ખુરશી તળે મુકવું, પગ ખુરશીથી નીચે રાખવા અને પગનાં તળીયાંને વરાળ આપવા માટે ગરમ પાણીનું એક ખીજું નાનું વાસણ પગ તરફ મુકીને તેના ઉપર લાકડાંની બે ત્રણ ચીપો મુકીને તે ઉપર પગ ગોઠવવા, જેથી વાસણની અંદરની આદ્ર પગનાં તળીયાંને લાગશે.

ધણા નખળા માણસોએ તથા જેઓ અત્યંત માંદા હોય અને મૂખ્યત્વે કરીને જેમને જ્ઞાન તંતુઓનો તથા મગજ ખાલી પડી ગયાનો રોગ હોય તેઓએ આ ઉપાય ડાક્ટરની ખાસ બલામણુ વગર કરવો નહિ. વળી આ બાળપણનાં પ્રયોગ અઠવાડીયામાં બે કરતાં વધારે વખત ખાસ કારણો સિવાય દરદીએ કરવો નહિ.

સારી પેડે પરસેવો થઈ રહ્યા પછી રોગીના શરીર ઉપર ઓઢાડેલાં વસ્ત્રો કાઢીને બારી બા-રણાં બંધ રાખવાં, કે જેથી પરસેવાવાળા ઉધાડા શરીર પર પવનના સપાટા આવે નહિ. પરસેવા વાળા શરીર પર પવનના સપાટા લાગવાથી શરીરમાં ઉધરસ, દુખાવો વગેરે વ્યાધિઓ થઈ આવે છે, માટે સાવધાનતા રાખવી. વસ્ત્રો લેખ લીધા પછી શરીરને શીતળ કરવાને વાસ્તે આગળ વર્ણુ-વવામાં આવનાર કટિસ્નાન અથવા માર્જનવિધિ અવશ્ય કરવી જોછએ આ સ્નાનમાં શરીરનો ફક્ત મધ્યનો પેટનો ભાગજ ઠંડા પાણીમાં ખુરાડીને ધોયા કરવાનો હોય છે. અને પેટુ સિવાયના બીજા બધા છાતી, હાથ, પગ, ગર્દન, માથુ, વગેરે સર્વ અવયવને ઉપર લખેલ કટિસ્નાન લેતા પૂર્વે અને લીધા પછી ઝડપથી ઠંડા પાણીએ ધોઈને ધસીને ગરમ કરી દેવા જોછએ. કેટલાક લોકો પરસેવાવાળા શરીર પર ઠંડું પાણી લગાડતાં ડરશે. અને શરદી થઈ જવાની શંકા કરશે પરંતુ તેવો ભય રાખવાનું મુદ્દલ કારણ નથી. વરાળથી ગરમ થયેલા શરીરને ઠંડું કરવાની ખાસ જરૂર છે. અને તેથી શરીર સ્ફુર્તિવાળું અને દ્રઢ બને છે. જરૂર પુરતા સમય સુધી શીતળ કટિ-સ્નાન લીધા પછી ખુલ્લી હવામાં અગર તો ખાસ કરીને તડકામાં થોડીક કસગત કરીને શરીરમાં

અરુચિ લાવી દેવો જોઈએ. પરંતુ જો દર્દી નિર્જળ હોય તો તેણે ગરમ કપડાં ઓઢીને પલંગ પર સ્વસ્થ સુઈ રહેવું તેમ છતાં આગળ કહેવા પ્રમાણે અતિ અશક્ત દર્દીઓને તો બાષ્પસ્નાન આપવું જ ન જોઈએ.

### એકાંગી બાષ્પસ્નાન.

શરીરના વિશેષ વિશેષ ભાગોને વરાળ આપવાની કેટલીક વખત જરૂર પડે છે. શરીરના કોઈ ભાગ પર ઘા વાગવાથી અગર ઝેરી જનવરના દંશ થવાથી કે બીજા કોઈ આગંતુક કારણથી સોજે કે વેદના થઈ આવે ત્યારે આખા શરીરે વરાળ આપવાને બદલે ફક્ત દરદવાળા ભાગ ઉપરજ વરાળ આપવાથી ચાલી શકે છે. દાખલા તરીકે એકલા પેદુના ભાગ પર બાષ્પસ્નાન લેવાથી કંઈક ઉદર રોગો, પાન્ડુરોગ, ગર્ભાશય સંબંધી રોગો વગેરે સારા થાય છે. પેદુ પર વરાળ લીધા પછી પણ આખું શરીર ગરમ થએલું લાગે છે માટે અગાઉ પ્રમાણે કટિસ્નાન વગેરે કરવાની જરૂર છે. જનનેન્દ્રિયના વ્યાધિવાળાં સ્ત્રી પુરૂષોએ આગળ વર્ણવવામાં આવનાર “ઇન્દ્રિય ધર્મણુ સ્નાન” કરવું એ વધારે સલાહકારક છે.

તેજ પ્રમાણે કાન, આંખો, નાક, ગળું, દાંતનો દુખાવો, અને ગુમડાં, તથા ગાંઠો વગેરે માટે ગર્દન અને માથા ઉપર વરાળ લેવાથી ઘણોજ ફાયદો થાય છે. દાખલા તરીકે, વરાળ લેવાથી પરસેવો આવવા લાગે કે ગમે તેવો સખ્ત દાંતનો દુખાવો નરમ પડતો જણાય છે. આ સ્નાનથી પણ જો માથું, છાતી વગેરે ગરમ થયેલાં હોય તો તે ભાગને ઠંડા પાણીથી ઘોષ નાખી કોરા કપડાથી જલદી ધસીને સાફ કરી પછી રીવાજ મુજબ કટિસ્નાન કે ઈન્દ્રિયધર્મણુ સ્નાન લેવું. જો દર્દ ફરીથી થવા લાગે તો સર્વાંગ બાષ્પસ્નાન લેવું, અને તે વખતે પેદુપર વરાળ ખાસ કરીને બસબસ લાગે તેવી સાવધાનતા રાખવી. અર્થાત સર્વાંગ બાષ્પસ્નાન અને ગ્રીવા ( ગળું ) બાષ્પસ્નાન હર્ષ મટી જતાં સુધી વારાફરતી લેવાં.

શ્લેષ્મ અથવા સળેખમ, જ્વર, સંધિવા, અકડાઈ ગએલા સાંધા, અને યકૃત ( લીવર ) ના અને મૃત્તાશયના રોગોમાં આ વરાળનો પ્રયોગ બહુ લાભ કરે છે.

### ઉષ્ણવાયુસ્નાન.

\*ઉપર લખેલા વરાળના પ્રયોગ જેવોજ ગરમ હવાથી પરસેવો લાવવાનો પ્રયોગ છે. ફેર માત્ર એટલોજ છે કે આ પ્રયોગમાં વરાળને બદલે સળગતા કોયલાનો અથવા એક રકાખીમાં થોડો ‘ આલ્કોહોલ ’ નાખી તેને સળગાવી તેમાંથી નિકળતી ગરમ હવાનો ઉપયોગ કરવામાં આવે છે. આપણા લોકોએ આલ્કોહોલને બદલે સળગતા કોયલા વાપરવા સારા છે. એક તવીમાં એકાદ ખોખા જેટલા બરાબર સળગેલા કોયલા ભરી રોગીએ પાટલાપર કે ખુરશીપર બેસવું. પાટલાપર બેસતી વખતે તવી પોતાની સામે, અને ખુરશીપર બેસતી વખતે ખુરશીની નીચે કોલસાની તવી મુકવી. પછી એક ઝટ સળગી ઉઠે નહિ તેવું જાડું વસ્ત્ર પોતાનાપર ઓઢી લેવું. દેવતાની ઝાળથી કપડું દાઝે નહિ તેની સાવચેતી રાખવી. એક ભીંતની સાથે ઉભો પાટલો મુકી તે પાટલા આગળ દેવતાની તવી મુકી તેની સામે બેસી, ઓઢેલા કપડાના છેડા પાટલા અને ભીંતની વચ્ચે દાખી દેવાથી સળગવાનો સંભવ ઓછો થશે. પછી બે ત્રણ બીજાં ઉનનાં વસ્ત્રો વરાળના પ્રયોગની પેઠેજ ઓઢી લેવાં. આ પ્રયોગમાં માથું તથા મ્હોં હમેશાં બહાર રહે એવી રીતે ઓઢવું. માથા ઉપર એક ભીંતી દુવાલ કરી ચાર પાંચ ગડીઓ વાળી તેને કપાળથી ઉપરના ભાગમાં તથા લમણા ઢંકાઈ રહે એવી રીતે મુકવે. જો દેવતા જોઈએ તેટલો હશે તો પાંચેક મિનિટમાં પરસેવો થવા માંડશે. વધારે



દેવના ધણીથી સહન થઈ શકતો નથી, અને કોઈ કોઈ વખત પગના નળા વગેરે બહુ ઉના થવાથી દાઝવા જેવું લાગે છે. તેવી વખતે અધિક ઉના થયેલા ભાગ ઉપર અંદરને અંદર હાથ ફેરવવાથી તે ભાગનું રક્ષણ થાય છે. પરસેવો થવા માંડ્યા પછી પંદર અથવા વીશ મિનિટ સુધી ઇચ્છાનુસાર પરસેવો થવા દેવો. માથા ઉપર મૂકેલું લૂગડું ગરમ થઈ ગયું હોય તો તેને ફરી પાણીમાં પલાળી ટાઢું કરી પાછું મૂકવું. આથી માથું ઉષ્ણ થઈ જતું નથી. પંદર અથવા વીશ મિનિટ થઈ ગયા પછી સાચવીને રોગીની પાસેના મનુષ્યે ઓઢેલાં વસ્ત્ર લેઈ લેવાં. પરસેવો થયેલા શરીરે પવનનો સપાટો ન લાગે તેવી સાવધાનતા રાખવી. પછી વસ્ત્રથી પરસેવો લોહી નાખી દંડા જળથી સારી રીતે સ્નાન કરવું. વરાળના સ્નાનના પ્રયોગમાં કલા પ્રમાણે કટિસ્નાનવાળો પ્રયોગ કરવાને અડચણ નથી. તે પ્રયોગની સગવડ ન હોય તો દંડા જળનું સ્નાન પૂરતું છે. સ્નાન કર્યા પછી એક કલાક ઓઢીને સુઈ રહેવું અથવા ઉંધ આવે તો ઉંઘી જવું સાફ છે; અને તો રોગીને આખે શરીરે ચંપી કરવી. નિરોગ મનુષ્યે શરીરમાંથી વિષ કાઢવાને આ પ્રયોગ કર્યો હોય તો તેણે શરીરમાં સહજ ગરમી આણવી. નિરોગ મનુષ્ય એક કલાક આરામ લીધા વિના પોતાને કામે જશે તોપણ અડચણ નથી.

વરાળનો તથા આ પ્રયોગ જમ્યા પૂર્વે ગમે ત્યારે કરવા અડચણ નથી. પણ જમ્યા પછી કરવો હોય તો વચમાં ત્રણેક કલાક જવા દીધા પછીજ કરવો. આ પ્રયોગ કરીને રાત્રે સુઈ જવાથી બહુ સારી નિદ્રા આવે છે.

પ્રયોગ સમયે સારી પેંદ પરસેવો થવા માટે તથા લોહીમાં પડનારી જળની ખોટ પૂરી પાડવા માટે પ્રયોગની પૂર્વે તથા પ્રયોગની મધ્યમાં એકેક પવાલું અથવા તૃષા હોય તો તેથી પણ વધારે જળ પીવું હિતકારક છે. પ્રયોગ પછી દંડા જળથી સ્નાન કરવાની જેને ખીક લાગતી હોય તેણે સહેજ હુંફાળા પાણીથી સ્નાન કરવું. પણ દંડા જળથી સ્નાન કરવાથી શરીરને ઘણુંજ સાફ લાગશે.

આ પ્રયોગના સંબંધમાં ડૉ. સ્ટ્રોકહોમ લખે છે કે મનુષ્યે રોગને થતો અટકાવવાને માટે આ ઉષ્ણવાયુનું સ્નાન અઠવાડીયામાં ઓછામાં ઓછા એક વાર કરવું જોઈએ. રોગીઓએ પોતાના રોગના પ્રમાણમાં તેને નિત્ય બે બે દાહાડે કે ત્રણ ત્રણ દિવસે કરવું જોઈએ. તે દુર્બળતા આણુનાર નથી. બેશી શકવાને પણ અશક્ત એવા રોગીઓમાં નિત્ય આ સ્નાન કરવાથી બળ આવે છે. પ્રથમ પ્રયોગ વખતે શરીરમાંથી મળ નીકળી જવાને લીધે કદાચ નબળાઈ આવેલી હોય, એવો ભાસ થાય છે, પણ થોડા કલાકમાંજ તેવો ભાસ ટળી જઈ બળ આવેલું જણાય છે. તન્દુરસ્તીમાં તથા રોગમાં બંનેમાં આ પ્રયોગ લાભકારક છે.

(૧) આ પ્રયોગથી ચામડી સ્વચ્છ થાય છે, અને ખીજ કોઈ પણ સ્નાનથી નહિ વધી શકે એવો ચામડીનો આરોગ્યને આપનારો વ્યાપાર વધે છે, અને આથી મળને કાઢનારી ખીજ ઇન્દ્રિયોનો કામનો બોબો ઓછો થાય છે.

(૨) તેથી આખા શરીરમાં લોહીની ગતિ સમાન થાય છે, અને શરીરના કોઈ પણ ભાગમાં ગંદાઈ ગએલું લોહી છુટું પડે છે.

(૩) શ્વિરને શુદ્ધ કરવાનો સહેલામાં સહેલો અને વહેલામાં વહેલો ફાયદો કરનારો આ રામ-બાણ ઉપાય છે. લોહીના સઘળા મળને તે તદ્દન સાફ કરે છે.

(૪) આ પ્રયોગ જ્ઞાનતાંતુઓને શાંત અને સ્વસ્થ કરે છે. મગજમાંથી ચિંતાનાં જળાં સાફ કરે છે, અને તેને સ્વચ્છ અને તાજું કરી મુકે છે.

લોહી બગડવાથી થતા સઘળા રોગોમાં શરીરના કોઈ ભાગમાં થએલા સોજામાં અને ત્વચાના વ્યાપારની મંદતામાં આ ઉષ્ણવાયુનું સ્નાન અવશ્ય કરીને ઉપયોગનું છે. જેર ચઢ્યું હોય ત્યારે, કંદ-

માળમાં, ક્ષયમાં, ત્વચાના રોગમાં, વિષમજ્વરમાં, આંતરીયા તાવમાં, ઉધરસમાં, સળેખમાં, શ્લેષ્મ વ્યાધિઓમાં, એક જાતના ઠાંસા જેવા વ્યાધિ (Croup)માં, સંધીવામાં, શિરોવેદનામાં, યકૃત તથા મૂત્રાશયના વ્યાધિમાં, જીની ખાંસીમાં, જીના અતિમારમાં વગેરે અનેક રોગોમાં આ પ્રયોગ બહુ લાભ કરે છે. ટાઢીયા તાવમાં ટાઢ ચઢવાના સંધિપૂર્વે આ પ્રયોગ કરવો અને સારી પેઠે પરસેવો થવા દેવો. આ પ્રયોગ ત્રણ ચાર વાર કરવાથી બીજો કોઈ પણ ઉપાય કર્યો ન હોય તોપણ તાવ અવસ્થા મટી જાય છે. હઠીલા સંધિવાના રોગમાં, આખા ઔષધિશાસ્ત્રમાં આની બરોબરી કરી શકે એવું એકે ઔષડ નથી. આ રોગમાં નિત્ય આ પ્રયોગ કરવો. દિવસમાં બે ચાર પ્રયોગ કરવાથી પણ ધણાને લાભ થયો છે. ગર્ભવતી સ્ત્રીઓને પણ ઉપરના વ્યાધિઓમાંથી કોઈ વ્યાધિ હોય તો આ પ્રયોગ લાભ કરે છે. તેથી હાનિ થશે, એવો જરા પણ ભય રાખવો નહિ. ગર્ભવતી સ્ત્રીઓએ છેક નવમા માસ સુધી અઠવાડીયામાં એક બેવાર આ પ્રયોગ કર્યો છે, અને તેનો લાભજ અનુભવ્યો છે.

‘ડૉ. કેલોગ પણ આ ઉષ્ણ વાયુથી સ્નાન કરવાના પ્રયોગની તેટલીજ સ્તુતિ કરે છે. તે લખે છે કે વરાળના સ્નાનથી જેટલા લાભ થાય છે તેટલાજ લાભ આ પ્રયોગથી થાય છે. અને તે થોડે ખર્ચે બહુજ સહેલાઈથી દરેક માણસથી પોતાના ઘેર કરી શકાતો હોવાથી વધારે સગવડ વાળો છે. પરસેવો આણુવા માટે એનાથી ચઢીયાતો બીજો કોઈ પણ ઉપાય નથી. અને મેલેરીયા તાવનું, ચાંદી (Syphilis) નું અને હડકાયા કૃતરાનું જેર કાઢી નાંખવા માટે આ પ્રયોગ બહુજ ઉત્તમ છે.

‘બહુ જાડાં ધર્મ ગયેલાં માણસોની ચરબી પણ આ પ્રયોગથી ઓગળી જઈ તેઓ પાતળાં થાય છે.

‘શરીરમાંથી પરસેવા વાટે કચરો કાઢવા માટે ઉપર વર્ણવેલા બે પ્રયોગ જેવો એક ત્રીજો પ્રયોગ છે, અને તે સૂર્યસ્નાન (Sun Bath ‘સનબાથ’) એ નામથી ઓળખાય છે. સારો તડકો નિકળ્યો હોય એવા દિવસોમાં અથવા ઉનાળાના દિવસમાં આ પ્રયોગ બહુજ સારી રીતે થઈ શકે છે. તે કરવાનો વિધિ નીચે પ્રમાણે છે. આછાં વસ્ત્ર પહેરીને, એટલે, જગન્નાથીનું એક પહે-રણુ અને પંચીયું પહેરીને રોગીએ પવન બીલકુલ ન આવતો હોય એવી જગામાં તડકે એક સાદડી કે શેતરંજી ઉપર સુઈ રહેવું. પગે મોજાં પહેર્યા હોય તો તે કાઢી નાંખવાં, અને સ્ત્રીઓ આ પ્રયોગ કરે તો તેમણે ઓળી કાઢી નાંખવી. માથા અને મુખનું તડકાથી રક્ષણ થવા માટે એક મોટું કેળનું પાંદડું તેના ઉપર ઢાંકવું. અથવા તે ન મળે તો ગમે તેવાં લીલાં નાનાં પાંદડાંને પત્રાળાની પેઠે સીવીને તે માથા અને મુખ પર ઢાંકવાં. પેટ ઉપર પણ તેજ રીતે એક મોટું પાંદડું ઢાંકવું, અને તે ન મળે તો એક લૂગડાનો કડકો ભીનો કરીને મૂકવો. તડકામાં આ પ્રમાણે અર્ધા કલાકથી તે દોઢ કલાક સુધી સુઈ રહેવું. જે રોગીઓને સહેલાઈથી પરસેવો ન થાય તેમણે જો તેમને બહુ કંટાળો ન લાગે તો એથી વધારે વાર સુઈ રહેવા અડચણ નથી. બહુ સખ્ત તાપમાં લાંબો વખત આ પ્રયોગ કરવો સારો નથી.

‘આ પ્રયોગમાં જેમને શરૂઆતમાં માથું દુઃખે અથવા ચક્કર આવે તેમણે બહુ થોડો વખત આરંભમાં પ્રયોગ કરવો. જે રોગીઓને મુશીબતે પરસેવો થતો હોય અથવા જેમને બીલકુલ નજ થતો હોય તેવા રોગીઓએ આ વાત ખાસ ધ્યાનમાં રાખવાની છે.

‘પ્રયોગ પછી શરીરમાં છુટા પડેલા મળરૂપ કચરાને બહાર ધસડી લાવવાને માટે કટિભાગમાં કરાતાં બન્ને સ્નાનોમાંનું ગમે તે સ્નાન કરવું અગત્યનું છે. આ સ્નાનો વિષે આગળ આ પ્રકરણમાંજ વિવેચન લખવામાં આવશે. અત્યંત નાજુક પ્રકૃતિના રોગીઓ જેમને આ ઠંડા પાણીના કટિભાગના સ્નાનથી શરીરમાં ગરમી સહેલાઈથી પાછી ન આવે તેમણે માથા ઉપર કંઈક ઢાંકીને પાછું તડકામાં બેસવું, અથવા ચાલવું. આવા રોગીઓને આ પ્રયોગ કંઈક સખ્ત પડે છે, અને તેમણે આરંભના ઉપાય તરીકે આ પ્રયોગ કરવો સારો નથી.

‘આ પ્રયોગ કરવાનો સૌથી ઉત્તમ વખત દિવસે દશથી તે ત્રણ વાગતા સુધીનો છે. જમ્યા પછી તરત પણ તે કરી શકાય પણ પચનક્રિયામાં અડચણ ન આવે માટે કલાકેક પછી પ્રયોગ કરવો પણ ઠીક છે.

‘કેવળ ઉઘાડા શરીરથી આ પ્રયોગ કરવાથી લાભ થતો નથી. આછાં વસ્ત્ર પહેરીને અથવા આખે શરીરે લીલાં પાંદડાં ઢાંકીને પ્રયોગ કરવાથી પરસેવો બહુ ઉતાવળે થાય છે. એજ પ્રમાણે પ્રયોગ પછી ઠંડા જળથી કટિભાગનું સ્નાન જો કરવામાં નથી આવતું તોપણ લાભ જોષ્ટએ એવો થતો નથી, કારણ કે તાપથી છુટા પડેલા મળને બહાર કાઢી નાંખવા માટે ઠંડા જળનું સ્નાન બહુજ જરૂરનું છે.

‘આરોગ્યને માટે મનુષ્યે સૂર્યના પ્રકાશમાં રહેવાની બહુ જરૂર છે. જ્યાં સૂર્યનો પ્રકાશ જસ પણ આવતો નથી, એવી ગુફાઓમાં તથા ખાણોમાં છોડવા જગી શકતા નથી. પ્રાણીઓનું પણ એમજ છે. આલ્પસ પર્વતની ઉડી ખાણોમાં સૂર્યનો પ્રકાશ દિવસેજ માત્ર થોડા કલાકજ પડે છે, અને તેનો પરિણામ એ આવે છે કે, ત્યાં વસનારા લોકોને કંઠમાળ તથા એવાજ બીજા પુષ્કળ રોગો થાય છે. ત્યાંની એકે એક સ્ત્રીઓને ગળા ઉપર રસોળી થઈ હોય છે; અને પુરૂષોનો મોટો ભાગ ગાંડાઓનો હોય છે. ત્યાંથી થોડે ઉંચે પહાડની ખાણ ઉપર રહેનારા લોકો તન તથા મન બન્નેમાં બળવાન હોય છે. નીચે રહેનારાઓને જ્યારે ઉપર લેઈ જવામાં આવે છે, ત્યારે તેમનું આરોગ્ય સુધરે છે. આથી સૂર્યના પ્રકાશની આરોગ્ય ઉપર બળવાન અસર સિદ્ધ થાય છે.

‘પેટમાં સંચય થયેલા કચરાને છુટો પાડવાને તથા તે વડે તે ભાગમાં જામેલી ગરમી ઓછી કરવાને, ઉપર વર્ણવેલા ઉપાયો સાથે પેટે પાટો બાંધવાનો ઉપાય (કટિ વેષ્ટન) પણ ઘણો સારો ફાયદો કરે છે. રાઇનું જેમ પ્લાસ્ટર કરવામાં આવે છે તેમ ચોખ્ખી માટીને પાણીમાં પલાળી તેને લૂગડા ઉપર ચોપડી, એટલે તેનું ખૂબ જાડું પડ કરી, પછી પેટે બાંધવાથી સારો ફાયદો થાય છે. આ ઉપર અને સોજા ઉપર પણ આ પાટો બહુ લાભ કરનારો છે.’

ડૉ. કુન્હે લખે છે કે શરીરના અમુક એક ભાગ ઉપર પણ સૂર્ય સ્નાન લઈ શકાય છે. જે ભાગમાં નાની મોટી ગાંઠો, વહેતાં ધારાં, ચાંદાં, ગડ હોય ત્યાં અને દુખાવાવાળા ભાગને સૂર્યસ્નાન આપવાથી ઘણાં સારાં પરિણામ આવ્યાં છે. આખા શરીરના સૂર્યસ્નાનની માફકજ આ એકાંગસ્નાન પણ લેવાનું હોય છે. એટલે કે રોગી ભાગને પ્રથમ ખુલ્લો કરી પછી તેને લીલાં પાંદડાંથી ઢાંકી સૂર્યના તાપમાં ધરવો.

માટી, પાણી, પ્રકાશ અને હવા એના ઉપર સર્વ પ્રાણીઓનાં જીવન બહુ પ્રમાણમાં અવલંબીને રહેલાં છે. અને આ ચાર તત્વો હોય છે તોજ પ્રાણીઓની માફક વનસ્પતિ પણ જીવતી રહી શકે છે. અને જ્યારે આ ચાર તત્વોમાંથી એકાદ પણ કમતી મળે છે ત્યારે પ્રાણી અને વનસ્પતિની વૃદ્ધિ જોષ્ટએ તેવી સારી રીતે થતી નથી અને જો આમાંનું એકાદ તત્વ મુદ્દલ મળતું નથી તો વનસ્પતિ અને પ્રાણી નાશ પામે છે. તાપ તડકો અને ઠંડું પાણી નુકશાનકારક ચીજો છે, એમ ગણીને ઘણા મનુષ્યો અજ્ઞાનથી તેનો લાભ કરે છે, પરંતુ તે ઠીક નથી. જો નિયમિત પ્રમાણે અને યોગ્ય રીતે આ વસ્તુઓનો ઉપયોગ કર્યો હોય તો પુષ્કળ ફાયદો થાય છે. કારણકે શરીરમાં નિરોગી માણસને સૂર્યના તડકામાં ફરવાથી લુક લાગતી નથી, પરંતુ જેના શરીરમાં વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય વધારે પ્રમાણમાં હોય તેના શરીરમાં સૂર્યના સખ તાપથી વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય હાલવા ચાલવા લાગે છે, અને પ્રકોપને પામી શરીરમાં બહુ અસ્વસ્થતા ઉત્પન્ન કરે છે, જેને આપણે “Sun-Stroke” સન સ્ટ્રોક” અથવા લુક લાગવી કહીએ છીએ. કોઈ એક ભાગમાં જામેલો કચરો સૂર્યના તાપથી પીગ-

જાને ઉકળવા લાગે છે. તેની અસરને લીધે માથું દુઃખવું, હાથ પગ ફાટવા, ઉલટી થવી, અને તાવ આવવો વગેરે થાય છે. આવી વખતે કુદરત વિજ્ઞાતીય દ્રવ્યને શરીરમાંથી કાઢી નાખવાનો જે ભગીરથ પ્રયત્ન કરી રહી હોય છે, તેનાં ઉપર કહ્યાં તે માત્ર લક્ષણો હોય છે. આગળ વર્ણવવામાં આવનાર કટિસ્નાન વગેરે શીત ઉપચાર કરવાથી છુટાં પડેલાં વિજ્ઞાતીય દ્રવ્યો પ્રકોપને પામતાં અટકી શરીરની બહાર નીકળી જાય છે.

૬૮. કુન્હેએ ખતાવેલા “બાપ્ સ્નાન,” “આતપ સ્નાન અથવા સૂર્ય સ્નાન,” તથા “ઉષ્ણ વાયુ સ્નાન” વગેરે ગરમ ઉપચારો પછી તરતજ શીત ઉપચારો જેવા કે ઠંડા પાણીનું સર્વાંગ સ્નાન, કટિસ્નાન, ઉપસ્થ માર્જન વગેરે શા માટે કરવા તે બરાબર વાંચનારના લક્ષમાં ઉતરે માટે તેની અંદર સમાયલા એક મહાન સિદ્ધાંતપર વિવેચન કરવાની અગત્ય છે. કારણ સામાન્ય રીતે લોકો એમ માની લે કે ઉષ્ણતાથી જે કાંઈ લાભ થયો હોય તે તરતજ શીત અથવા ઠંડા ઉપચાર કરવાથી નાશ પામે. પણ ખરી રીતે તેમ નથી, એ સંબંધી અમેરિકાના એક ડૉ. એમરી ડરે એર્વાઈલ એલ. લીચ (Dr. Emery alias Orville L. Leach) એમણે બહુ સારી શોધખોળ ચલાવી તે સંબંધી લખાણ બહાર પાડેલું છે. જેના આધારે મોદેસર કણી-આએ ગુજરાતી ભાષામાં થોડોક અનુવાદ કરેલો છે, જેમાંનો કેટલોક ભાગ અત્રે ઉપયોગી થઈ પડશે.

મનુષ્યોના રોગની નિવૃત્તિ કરવા માટે વિદ્વાન શ્રમશાલી પુરુષોએ અનેક ઔષધો શોધી કાઢ્યાં છે, વ્યાધિના વિવિધ પ્રકારમાં વર્ગીકરણ કર્યાં છે, તે તે વ્યાધિ શાથી થાય છે તેનાં કારણ તથા તે તે વ્યાધિ થતાં શરીરમાં થતી વિક્રિયા ઇત્યાદિનું જ્ઞાન મેળવવા ભગીરથ પ્રયત્ન કર્યાં છે, અને હજી પણ જીવનનું રહસ્ય એમને જ્ઞાત થયેલું નહિ હોવાથી, ઇચ્છાનુસાર મનુષ્યો પોતાના શરીરને નિરોગ સ્થિતિમાં સદા પર્યંત રાખી શકે એવી કળ એમને હાથ નહિ આવેલી હોવાથી એ દિશામાં પ્રયત્ન ચાલતાજ રહ્યા છે. પણ આપણે કુદરત પ્રતિ જોઈએ છીએ ત્યારે એટલું સ્પષ્ટ સમજાય છે કે કુદરત કોઈ પણ વિષને ઔષધ રૂપે વાપરતી નથી, વિષનો પ્રયોગ કરવાથી, વિષ બક્ષણ કરવાથી, જીવન સદા ચાલતું રહે એવો સંકેત કુદરતમાં દેખાતો નથી. કુદરત એક સાદી રીતેજ સર્વને ઉછેરે છે. મ્હોટાં મ્હોટાં ખડક જીવો, તે શાથી અને કેવી રીતે બંધાય છે? વનસ્પતિ વર્ગ પ્રતિ જીવો અને તેને પ્રકૃતિ કેવી રીતે ઉછેરે છે? કુદરત શીત અને ઉષ્ણનો સાદો નિયમ રાખે છે. તે પદાર્થને ઉષ્ણ બનાવી પછી તેને ઠંડો પાડે છે. શીત અને ઉષ્ણતાના પર્યાય વડેજ મ્હોટા મ્હોટા પર્વતો બંધાય છે, અને મ્હોટાં મ્હોટાં વૃક્ષો ઉગે છે. રાત્રિ અને દિવસ વારા ફરતી એજ કાર્ય સાધે છે. દિવસના ભાગમાં ઉષ્ણતા સર્વત્ર પ્રસારવામાં આવે છે, અને સાયંકાળ થતાં એ ઉષ્ણતા ઓછી થઈ શીતને પ્રસારવામાં આવે છે. આજ પ્રમાણે ઋતુઓમાં પણ ક્રમવાર શીત અને ઉષ્ણની વહેંચણી કુદરત કરતી જણાય છે. શિયાળા પછી ગ્રીષ્મનો તાપ પડે છે, અને વર્ષાઋતુની સાધારણ ઠંડી પછી શરદની ગરમી પડે છે. સર્વત્ર દ્રષ્ટિ કરી જોશો તો કુદરત આ શીતના અને ઉષ્ણતાના પર્યાય પ્રયોગ વડેજ સર્વત્ર જીવનને પ્રસારતી જણાય છે. જ્યારે કોઈ ઋતુ વધારે લંબાય છે, અર્થાત્ તેને લીધે શીત અને ઉષ્ણતા વધારે વખત લગાડવામાં આવે છે, ત્યારે સુખરૂપનાને સ્થાને રોગનો ઉપદ્રવ થતો દેખાય છે. ગ્રીષ્મનો તાપ વધારે લંબાય છે તો શીતના સમયમાં એનો પગપેસારો થવાથી શીત જ્યારે જોઈએ તેને બદલે ઉષ્ણતા આવી રહેવાથી, ગ્રીષ્મના વ્યાધિ ફાટી નિકળે છે. શીત વધારે વખત લંબાય છે તો આજ નિયમથી શીતના વ્યાધિનો પ્રસાર થઈ રહે છે. શીત કે ઉષ્ણતાનું અતિ પ્રમાણ કોઈ પણ ઋતુમાં થાય છે તો તેથી હાનિ થતી જણાય છે. જેદેશમાં અતિ-

શય શીત પડે છે અને અપેક્ષિત ઉષ્ણતા હોતી નથી, ત્યાં જીવન લાંબુ દેખાતું નથી. જ્યાં ઘણું અંશે ઉષ્ણતાજ રહે છે ત્યાં શરીરમાં નિર્બળતા, આલસ્ય, અને નિદ્રા પ્રસરી રહે છે. અતિશય શીત થવાથી વૃક્ષો ભરી જાય છે, અતિશય ગરમી થવાથી પાષાણ ફાટી જાય છે, અને વૃક્ષો બળી જાય છે, તેથી સર્વત્ર કુદરત આ જીવનનો આ સાદો નિયમજ નજીવાં છે કે વારાફરતી શીત અને ઉષ્ણતાનો પ્રયોગ કરવો જોઈએ. પદાર્થને ઉષ્ણતા લગાડી તેને શીત કરવો એ તે પદાર્થને જીવન આપવાનું સાધન છે, તે વસ્તુને દીર્ઘસમય નીરોગ સ્થિતિમાં રાખવાનો ઉપાય છે. શીત અને ઉષ્ણતાનો ક્રમિક પ્રયોગ એ સર્વ રોગને હરવાનું સાધન છે, અને સર્વ પ્રકારે જીવનને વધારવાનો ઉપાય છે.

આધિનો પ્રસંગ છોડી દુધ ઉપર આવીએ છીએ તો દુધ બગડી ન જાય તે માટે સાધારણ રીતે તેને ઉતું કરીને રાખવામાં આવે છે. ઉતું કરીને રાખવાથી તે બગડતું નથી, એ સર્વ પ્રજા જાણે છે. પણ શાસ્ત્રીય રીતે શીત અને ઉષ્ણતાનો પ્રયોગ કરવાથી તે ઘણો વખત સાફ રાખી શકાય છે. ગાય અથવા ભેંસનું દુધ નિકળે છે, તે સમયે તે લગભગ ૧૦૦ ડીગ્રીની 'ટેમ્પરેચર'નું હોય છે, તેવું દુધ લેવું અને આળણી વગેરે કોઈ દ્વારા તેની ઝીણી ધારાઓ થઈ પૃથક પૃથક પડે તેવી રીતે એને વાસણમાં પાથરી દેવું, અને તેમ કર્યા પછી તેને એકદમ ૪૦ થી ૫૦ ડીગ્રી સુધી પર આવી જાય તેટલું ઠંડું કરી દેવું. આમ થવાથી દુધનાં અણુઓમાં એક વિલક્ષણ બળ જેને Radio-activity "રેડીઓ એક્ટીવીટી" નામ આપવામાં આવે છે તે આવે છે. એ દુધને એક શીશીમાં ભરી દેવું, કે જેમાં હવા ન આવે. અને પછી તે શીશીને અનુષ્ણ સ્થળે રાખી મૂકવી. આ શીશીમાંનું દુધ એક અઠવાડિયા સુધી લેપ પણ બગડવા પામતું નથી પણ જેવું તાજું દુધ હોય તેવું ને તેવુંજ રહે છે. જેથી આ સરળપણે સર્વ કરી શકે તેવા પ્રયોગથી પણ સિદ્ધ થાય છે કે દુધમાં જે બગાડ થાય છે, જે જંતુઓ પ્રવેશે છે તે આ પ્રમાણે ઉષ્ણતા અને શીતનો ક્રમિક પ્રયોગ કરવાથી અટકી જાય છે.

દુધને છોડી દઈ વૃક્ષોના સંબંધમાં જોઈએ છીએ તો ત્યાં પણ શીત અને ઉષ્ણતાનો ક્રમિક પ્રયોગ અત્યંતરૂપ જણાય એવા વ્યતિકરોને દર્શાવે છે. વૃક્ષોનાં મૂળને કોઈ જાતનું ઢાંકણ આપવું કે જેથી તેના ઉપર ગરમી નહિ લાગે. વૃક્ષોનો જે રસ છે, જે રસ વૃક્ષોમાં ફરી તેને જીવન આપે છે તે શીત છે. આ રીતે ગરમી તેનાથી દૂર રાખવાથી એ રસ શીતનો શીત રહે છે. વૃક્ષોના ઉપરના ભાગ પર ગરમી આપવી. વૃક્ષ જે ધરના સમીપમાં હોય છે તો આ કામ સરળતાથી થઈ શકે છે. ધરની જે ભીંત તે વૃક્ષની સમીપ અને સામે આવતી હોય તેના પર લાલ રંગ લગાડવો. એ લાલ રંગના ઉપર સૂર્યનાં કિરણો પડવાં જોઈએ. એ કિરણ એ રંગ પર પડી પરિવર્તન પામી તે વૃક્ષના ઉપરના ભાગ ઉપર પડવાથી વૃક્ષને સૂકવી ન નાંખે છતાં સખ્ત જણાય તેવી ગરમી વૃક્ષને લાગે છે, કારણ કે લાલ રંગ એ અતિ ઉષ્ણવીર્ય છે. આમ થવાથી એ ગરમીવાળા ભાગમાં રસ ફરતો આવે છે ત્યારે એ ભાગને એકદમ ઠંડો કરી દે છે. આમ શીત અને ઉષ્ણતાનો ક્રમિક પ્રયોગ કરવાથી એ વૃક્ષનું કદ અતિ મોટું થાય છે. એનાં ફળના કદમાં પણ મોટો ફેરફાર થાય છે. આ પ્રયોગ કરનારે આ રીતે બાર ગણું મોટું ટામેટાનું વૃક્ષ ઉગાડ્યું છે. જ્યાં ભીંત નહિ હોય ત્યાં લાલ કાચની ગોઠવણ કરી અથવા અન્ય એવી કંઈ વ્યવસ્થા કરી આ પ્રયોગ કરવાથી એમાં કેટલું સત્ય છે તે સહજ સિદ્ધ થઈ શકશે. ખેડૂત વર્ગના ભોકો આ સાદા નિયમને સમજી અમલમાં મૂકી જોશે તો તેમને કેટલું ફળ થાય છે, તે જણાયા વિના નહિ રહે. પાક વધારવાનો આ કુદરતી ઉપાય કેટલોક સરળ છે છતાં તેનો લાભ વિરલજ લે છે. મનુષ્યો જ્યારે આ સાદા સિદ્ધાંતને સમજી અમલમાં મૂકશે ત્યારે વિવિધ પ્રકારની ઉન્નતિ તેમને પ્રાપ્ત થયેલી જણાશે.



જે પાણીમાં લોહનું 'એલ્કેલાઈન સોલ્યુશન' હોય તેવા પાણીને દુધ, મત્સ્ય આદિમાં રહેલા 'સોલ્યુબલ એલ્ક્યુમેન' સાથે મિશ્ર કરવું, અને પછી તેને તપાવી ૧૦૦ ડીગ્રી સુધી ઉતું કરવું. પછી કોઈ છિદ્રવાળા પદાર્થ, જેમ કે સડતું લાકડું વગેરે, હોય તેના પર પાતળું અસ્તર કરી લગાડી દેવું, અને તેને એકદમ ૪૦ થી ૫૦ ડીગ્રી સુધી ઠંડું કરી દેવું, આમ કરવાથી આ મિશ્રણ પ્રકાશમય થઈ રહે છે, અને ઘણા કલાક સુધી તેવી સ્થિતિમાં એ રહી શકે છે. લોહના 'સોલ્યુશન' વાળા પાણીમાં સડતા 'એલ્ક્યુમેન' ને મૂકી તેની 'ટેમ્પરેચર' ૪૦-૫૦ ડીગ્રી સુધીની કરી દેવી અને તેની સપાટી પર ઉષ્ણ કિરણોનાં પરિવર્તન પાડવાં. આમ કરવાથી એમાં તરતજ જીવતાં જંતુઓ ઉત્પન્ન થએલાં જણાશે કે જે સિદ્ધ કરી આપે છે કે જીવનનું સાધન ઉષ્ણતા અને શીતનો ક્રમિક પ્રયોગ છે.

આ પ્રમાણે આ વિવિધ પ્રયોગોથી સિદ્ધ થઈ શકે છે કે ઉષ્ણતા અને શીતનો ક્રમિક પ્રયોગ એ નવીન જીવોને અસ્તિત્વમાં આણનાર છે, દુધમાં, શરીરમાં, અને વનસ્પતિ આદિ સર્વમાં સડ થતો અટકાવનાર છે, વનસ્પતિની વૃદ્ધિમાં મ્હોટો અને સરળ ઉપાય છે, અને મનુષ્યના વ્યાધિ માત્રનો પ્રતિકાર છે. આપણે ઉંડા વિચારમાં બેઠા હોઈએ છીએ ત્યારે માથા પર અથવા ગળાની આસપાસ ભીનો ટુવાલ વીટી રાખીએ છીએ તો કેટલી શાન્તિથી વિચાર કરી શકીએ છીએ, વિચારમાં વિક્ષેપ નહિ થતાં વસ્તુને વિષય કરનાર વિચારો થઈ શકે છે, એ સર્વના અનુભવમાં છે. એ પણ ઉષ્ણતા અને શીતના ક્રમિક પ્રયોગનો મહિમા જણાવે છે. ક્ષય આદિ વ્યાધિમાં તથા નીરોગ સ્થિતિમાં ખુદલી હવામાં રહેવાથી થતો લાભ સર્વના જાણવામાં છે. એ પણ ઉષ્ણતા અને શીતના ક્રમિક પ્રયોગના માહાત્મ્યનેજ સૂચવે છે.

શરીરને ગરમ રાખવું એટલે કે શરીર પર વસ્ત્ર પહેરી રાખવાં, ઝડપથી ચાલવું, દોડવું વગેરે અને તે સાથે માથું ખુલી હવામાં ઉઘાડું રાખવું એ આ ઉષ્ણતા અને શીતનોજ ક્રમિક ઉપયોગ છે. આપણા વૈદ્યકશાસ્ત્રમાં ઔપધોના શીતવીર્ય અને ઉષ્ણવીર્ય એવા બે ભેદ પાડ્યા છે. એમાં જે ઔપધોનો સમાસ કરવામાં આવે છે તેમાં જૂલ હોય તો બલ્લે હોય, જતાં એ ભેદનું સ્વરૂપ આ શીત અને ઉષ્ણતાના ઉપયોગના ખ્યાલને સૂચવે છે, તેથી સ્પષ્ટ થાય છે કુદરતથી સૂચવાતો આ સાદો પ્રયોગ સર્વ પ્રકારે લાભ કરે છે.

આ પ્રકારે ઉષ્ણતા અને શીતનો ક્રમિક પ્રયોગ શા માટે લાભ કરે છે, એનાથી જીવન મળે છે તેનું શું કારણ છે, એને તથા જીવનને કેવી રીતે સંબંધ છે એ આદિ પ્રશ્નો આ પ્રસંગમાં ઉદ્ભવે તો તે સ્વાભાવિક છે, એ સંબંધમાં પાશ્ચાત્ય વિદ્વાન શોધક લીચ આ પ્રમાણે ઉત્તર આપે છે.

વિચાર કરવામાં મસ્તકને ઠંડું રાખવા માટે રાખવામાં આવતા ટુવાલ અથવા ભીના કકડાનો ઉપયોગ પણ આજ રીતે લાભ કરે છે. મસ્તકના એ ભાગમાં જ્યારે ફરતાં ફરતાં લોહી આવે છે ત્યારે તે આ ભીના કકડાની શીતને લીધે ઠંડું થાય છે અને તેથી મસ્તકના પુટને સંકોચાવી તેમાં પોલાણ ઉત્પન્ન કરે છે. એ પોલાણ ઉત્પન્ન થતાં એ પુટમાં X કિરણોના જેવી પ્રકાશમય સત્તા આવે છે કે જે જીવન છે. એ જીવનબલ પ્રાપ્ત થવાથી એ પુટ પોતાનો વ્યાપાર કરતાં અમિત થતા નથી અને તેથી નિયમ પ્રમાણે વ્યાપાર કરતા ચાલે છે. આથી જીવનબલ પ્રાપ્ત થવાથી વિચાર સારા, ઉત્તમ અને ધૃષ્ટિ સિદ્ધિ

કરનાર આવે છે, અને તેમાં વિક્ષેપ થતો નથી. એથી ઉલટું એ શીતનો ઉપયોગ નથી થતો તો વિચાર કરવારૂપ શ્રમને લીધે એ પુટમાં ઉષ્ણતા માત્ર થઇ રહે છે અને તેથી એ પુટ વિકસિત દશામાંજ પડી રહેવાથી એનું પોલાણુ જતું રહે છે, એ ધનશ્પતાને પામે છે અને તેથી ક્રમે ક્રમે હીનવીર્ય થઇ જાય છે. વિશ્રાન્તિ આપવાથી પણ એ પુટને સંકોચાવાનું સામર્થ્ય આવી મળે છે, અને તેથી એમાં પોલાણુ થઇ રહેવાથી નવીન જીવન આવે છે. જે યોગસાધક પુરૂષો સંયમને સેવે છે તે સંયમરૂપ શીતતાના બંધે જ સર્વ અંગમાં વ્યાપી રહેલા આ જીવન તત્ત્વને ઉત્પન્ન કરે છે અને તેથી ઉત્તમ મનોબળ અને અધ્યાત્મ બળવાળા થઇ રહે છે અને તે ઉપરાંત શરીરે તેજસ્વી, નિરામય અને દૃઢ બાંધાવાળા થાય છે. વૃક્ષની વૃદ્ધિ પણ આજ નિયમથી થાય છે. વૃક્ષના ઉપરના ભાગમાં લાલ રંગવડે સૂર્યનાં કિરણને પરિવર્તન કરાય છે ત્યારે તે ભાગમાં ઉષ્ણતાની ઉત્પત્તિ થાય છે અને તેથી એ ભાગના પુટ વિકાસને પામે છે. જેમ આપણું શરીરમાં રૂધિરનું અભિસરણ થાય છે તેજ પ્રમાણે વૃક્ષમાં રસનું અભિસરણ થાય છે. જેમ રૂધિર એલ્કેલાઇન પદાર્થ છે તેમ એ રસ પણ એલ્કેલાઇન છે અર્થાત્ શીતવીર્ય છે, અને વળી એ રસ મૂળમાંથી નીકળતાં ત્યાં રાખેલી છાયાનેલીધે શીતતર થાય છે. એ શીતતર થયેલો રસ ઉપરના ગરમ થયેલાં ભાગમાં ફરતાં ફરતાં ચઢે છે ત્યારે એ ભાગના પુટના અવયવોને વિષમ રીતે સંકોચન પમાડે છે અને તેથી એ પુટમાં પોલાણુ ઉત્પન્ન થાય છે, જીવન તત્ત્વરૂપ પ્રકાશમય સત્તા ઉદ્ભવે છે અને એ બળ વૃક્ષમાં વ્યાપી રહેતાં એ વૃક્ષની અતિપ્રમાણુ વૃદ્ધિ થઈ શકે છે. આ પ્રકાશમય સત્તા તે જીવનતત્ત્વ હોવાથી અને એ, પુટમાં પોલાણુવડે ઉત્પન્ન થતી હોવાથી ઉપર વર્ણવેલા પ્રયોગમાં નવીન જન્તુ સજીવ જન્તુની થએલી ઉત્પત્તિ પણ સકારણુ સમજાય છે. એ પ્રયોગમાં જે લોહનું સોલ્યુશન વાપરવામાં આવ્યું છે તે એલ્કેલાઇન છે અર્થાત્ શીતવીર્ય છે. એને જ્યારે ઠંડીથી દારી દેવામાં આવ્યું ત્યારે એના અણુઓ બંધાઇ ગયા એટલે કે મધ્યમાં લોહનો ભાગ રહ્યો અને આસપાસ તેના કોશ રૂપે એલ્યુમીનમનો ભાગ ચઢ્યો. ગરમી લગાડવાથી એ અણુમાં વિકાસ થયો અને છેવટની ઠંડીથી એનો ગર્ભભાગ વિષમ રીતે સંકોચાયો, તેથી તેમાં પોલાણુવાળો જીવનઆણુ ઉત્પન્ન થયો અને તે ઉપચયવશાત્ જન્તુરૂપે દેખાયો.

### કટિસ્નાન અને મધ્યમાંગ સ્નાન—(Hip Bath and Trunk Bath)–

નામ પ્રમાણે આ સ્નાન કેડ અથવા શરીરના મધ્ય ભાગનેજ લગાડવામાં આવે છે. અને તે વખતે પગનાં તળીઆં અને ઢીંચણની નીચેનો બધો ભાગ તેમજ છાતી અને માથું વગેરે તેમજ હાથ પાણીના સંબંધમાં આવતા નથી તેટલુંજ નહિ પણ આ સ્નાન ફેતી વખતે શરીરના ઉપર કહ્યા તે ભાગ હવાના સંબંધમાં આવીને પણ ટાઢા પડી ન જાય તેવી રીતે કપડાંથી તેમને ઢાંકવામાં દરકાર રાખવી પડે છે. આ સ્નાન માટે જેની અંદર વિના સંકોચે પગ બહાર રાખીને બેસી શકાય તેવું એક તપેલા કે કઢાયા જેવું એક વાસણુ જેને અંગ્રેજીમાં ટબ કહે છે, તે લેવું. અને તેમાં સાધારણ ઠંડકનું (૬૬ થી ૮૨ ડિગ્રી સુધીનું) પાણી એટલા પ્રમાણમાં ભરવું કે દરદી પગ બહાર રાખીને અંદર બેસે, ત્યારે પાણી ઠંડીની ઉપર ત્રણ ચાર આંગળ સુધી અને જાંઘના મધ્ય ભાગ સુધી આવે. આ સ્નાન લેતી વખતે એકાંત હોય તેમ વધારે અનુકૂળ પડે છે. બનતાં સુધી ફેરતા ભાગ

ઉપર કાંઈ પણ વસ્તુ પહેરવું નહિ. પછી એક જડો અને સુવાળો નહિ એવો કપડાનો કટકો લઈને તેને પાણીવડે ભીંજવી ઘડીઆળના કાંટા ફરે છે તે દિશામાં ફુટી કે નાભિની આસપાસ ગોળ ફેરવવો. એટલે કે ફુટીની ઉપરની બાજુએ જમણી કુખ તરફથી કટકો ફેરવવાનું શરૂ કરી ડાબી કુખ તરફ હાથને લઈ જવો અને ત્યાંથી તેને પેદુ તરફ નીચે લઈ જવો. ત્યાંથી ફુટીની નીચે થઈને જમણી તરફ લાવવો, અને ત્યાંથી હાથને ઉપર લાવી જ્યાંથી શરૂ કર્યું હતું ત્યાં પહોંચાડવું. આ રીતે ભીંજવેલા કટકાને ફુટીની આસપાસ ધીમે હાથે ગોળને ગોળ જ્યાં સુધી ટખમાં ખેસવામાં આવે ત્યાં સુધી ફેરવ્યા કરવું. શરૂઆતમાં આ સ્નાન પાંચ કે દશ મિનિટ લેવું, અને પાછળથી આ મુદત શક્તિ પ્રમાણે અડધાથી પોણા કલાક સુધી પણ વધારી શકાય છે. ટખમાંથી ઉપર પ્રમાણે સ્નાન કરીને ઉઠ્યા પછી ટખમાં પાણી જેટલી ઉંચાઈ સુધી ભરેલું દેખાય ત્યાં આગળ નિશાની કરી રાખી હોય તો ફરીથી જ્યારે ખીજે દિવસે તે નિશાની સુધી પાણી ભરવાથી તે વાસણમાંથી છલકાઈ પણ જતું નથી તેમજ ઓછું પણ પડતું નથી. ખાસ કરીને જ્યારે દરદીના પેટની અંદર ગરમીનો ઘણો વધારો થએલો હોય અથવા તો અંદરના કોઈ ભાગમાં સોજો આવેલો હોય તેવે વખતે, એટલે કે તાવ, મરડો, બંધકોશ, ઇત્યાદિ વ્યાધિઓમાં આ સ્નાન ૧ કલાકથી પણ વધારે વખત લેવાની જરૂર પડે છે, છતાંએ બાળકો તેમજ અશક્ત દરદીઓને ટાઢની ધ્રુજરી ચડી ન જાય તેની સંભાળ રાખવી જોઈએ. વળી આ સ્નાન લઈને ઉઠ્યા પછી દરેક દરદીના શરીરમાં જલદી ગરમાવો આવી જવો જોઈએ અને તે જો આપોઆપ ન આવે તો દરદીના શરીરને ખીજાં મનુષ્યોએ કોરા હાથે ઘસીને અગર તો તેને ગરમ કપડાં ઓઢાડીને અથવા તો બની શકે ત્યાં સુધી દરદીએ પોતે ચાલી અગર દોડીને અથવા તો એવીજ કોઈ સારી કસરત કરીને શરીરમાં પુરતી ગરમી લાવવાનો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ. દરદીની સ્થિતિ પ્રમાણે આ સ્નાન દિવસમાં એકથી ત્રણ વખત લઈ શકાય છે. સ્ત્રીઓનાં દરદોમાં પણ આ સ્નાન બહુ લાભ આપે છે સગર્ભા-વસ્થામાં દર અઠવાડીઆમાં ચારથી છ સ્નાન ઉપર પ્રમાણે કરવામાં આવે તો યોગ્ય વખતે પ્રસવ કાંઈ પણ પીડા વગર સારી રીતે થાય છે, અને સુત્રાવડનાં અનેક દરદોથી વિના પ્રયત્ને વિમુક્ત રહેવાય છે. પેટ અથવા જઠર, આંતરડા, સુત્રપિંડ, યકૃત અથવા લીવર, તેમજ ઉપસ્થ આદિ ઈંદ્રિયોનાં વિવિધ દરદોમાં આ સ્નાન દરરોજ લેવાવું જોઈએ અને આંખ, શિર, ગળું અને છાતી એ ભાગના વ્યાધિઓમાં પણ આ સ્નાન આડકતરી રીતે ઘણો લાભ કરે છે. સ્નાન લીધા પછી તરત જમવું સલાહકારક નથી તેમજ જમ્યા પછી એ અથવા ત્રણ કલાક થયા વગર આ સ્નાન કદી લેવું નહિ. સર્વ ઋતુમાં અને સર્વ દેશમાં આ સ્નાન લેવામાં કોઈ પણ પ્રકારે સંકોચ રાખવાની જરૂર નથી પરંતુ સમયાનુકૂળ સ્નાનના વખતમાં વધારો ઘટાડો કરી લેવો જોઈએ. શારીરવિજ્ઞાનશાસ્ત્રનું જેમને પુરતું જ્ઞાન નથી હોતું તેઓ ઘણીવાર એવો ભય રાખતાં જણાય છે કે કટિસ્નાન કરવાથી કદાચ પોતાને શરદી થઈ જશે; પરંતુ તેમની આવી શંકા કેવળ નાપાયદાર છે, કારણ કે ઉપર કહ્યું તેવી રીતે સંભાળપૂર્વક સ્નાન કરનારને કદી પણ શરદી થતીજ નથી. સામાન્ય રીતે મનુષ્યને શરદી થાય છે તે ધણું ખરું પગનાં તળીઆં, માથું, ગળું અગર છાતી એકાએક અને લાંબી મુદત સુધી ઠંડા થવાથીજ થાય છે, પરંતુ ઉપર કહ્યું તેવી રીતે કેડના ભાગને ઠંડા પાણીથી કદી પણ શરદી લાગતી નથી.

**ઉપસ્થ માર્જન સ્નાન—( Friction Sitz or Genital Bath.)—**  
લુઈ કુહને એ બતાવેલા વિશિષ્ટ પ્રકારના આ સ્નાનનો વિધિ ટુંકામાં મી. રોહાવાળાએ નીચે પ્રમાણે વર્ણવ્યો છે:—

આ ઉપાયનો ઉપયોગ પ્રદર ( ધુપણી ) વિગેરે સ્ત્રીઓના વિકારોમાં વધારે થાય છે, એ ઉપાય કરવાની કૃતિ નીચે મુજબ છે:—

કુટિસ્નાનને માટે આપણે જે વાસણ લઈએ છીએ તેવુંજ વાસણ લેવું, તેની મધ્યમાં ૪ થી ૬ ઈંચ ઉંચાઈનું લાકડાનું એક નાનું સ્તંભ (ખાજા) રાખવું. સ્તંભના કાંઠા સુધી પાણી આવે એટલું પાણી તે વાસણમાં નાખવું. ખાજાના ઉપરનો ભાગ કોરો રાખવો પછી દરદીએ પાણીના તે ટબ અથવા વાસણની બહાર પગ રાખીને ( ટુવાલ-ટાવેલ ) લઈને તે વાસણના પાણીમાં ભીંજવવો અને તે ભીંજવેલા રૂમાલ અથવા ટુવાલ વડે ટબનું પાણી વારંવાર ઉપર લઈ લઈને ઈંદ્રિય ધીરે ધીરે ઘોતા જવું. જનનેંદ્રિયની ઉપર હોઠની માફક જે ચામડીનો ભાગ (ધુમંટા-Prepuce) હોય છે તે ચામડીનો ફક્ત બહારનોજ ભાગ ધોવો. અંદરનો ભાગ ધોવાની જરૂર નથી; જે ભાગ ધોવો તે પણ જોરથી નહિ પણ હલકે હાથે દર વખતે ટુવાલથી પાણી લઈને ધીમે ધીમે ઘસીને ધોવો. ચામડીનો અગ્ર ભાગજ ધોવો.

આ ઉપાય કરતી વખતે હાથ, પગ, છાતી વિગેરે કોઈ પણ ભાગ ભીંજતો નથી. કદાચ પાણી ઉપર લેતી વખતે નિતંબ (કુલાનો) ભાગ ભીંજાય તો પણ હરકત નહિ. કેમકે તેથી કાંઈ પણ નુકશાન થતું નથી, પણ સામો લાભજ થાય છે. સ્ત્રીઓએ રજસ્વલા સ્થિતિમાં ઉપાય કરવો નહિ. નીરોગી સ્ત્રીઓનું રજ-દસ્તાન-૨-૩ અથવા બહુ તો ૪ દિવસ સુધી વહેતું હોય છે. એથી વધારે મુદત સુધી જેને આવ થતો હોય અથવા જેઓને નિયમિત દસ્તાન ન આવતું હોય એવી સ્ત્રીઓ આ ઉપાય રજસ્વલા સ્થિતિમાં પણ કરી શકે. આ ઉપાયને માટે લેવાનું પાણી ઋતુને અનુકૂળ હોવું જોઈએ. જે દેશમાં જેટલું ઠંડું પાણી મળે અને જેટલું સહન થાય તેટલું લેવું. દરદીની પ્રકૃતિનાં તથા ઉમરના પ્રમાણમાં ૧૦ મીનીટથી તે એક કલાક સુધી આ ઉપાય કરવો. જે જગ્યામાં અથવા ઓરડામાં ઉપાય કરવો હોય ત્યાં શરદી બીલકુલ હોવી ના જોઈએ; એટલા માટે ઠંડી ઋતુમાં ઓરડાની અંદર તાજી તથા ખુલ્લી હવા અંદર આવતી બંધ નહિ કરતાં ઓરડામાં જેટલી ગરમી-હુન્-લાવી શકાય તેટલી લાવવી. પાણી જેટલું ઠંડું હોય એટલું વધારે ઉત્તમ; પરંતુ તે દરદીના હાથથી સહન ન થાય એટલું બધું ઠંડું હોવું જોઈએ નહિ. કોઈ દેશમાં અથવા કોઈ સ્થળમાં હવા વિશેષ ઉષ્ણ હોવાથી બહુ ઠંડું પાણી મળી ન શકે તો ત્યાં જેટલું ઠંડું પાણી મળી શકે તેટલું લેવું.

પાણી ઠંડાઈમાં ઓછું હોય તો તેથી કાંઈ ગુણમાં ખામી આવતી નથી. કારણ કે સ્ત્રીનો એવો નિયમ છે કે, જે દેશમાં જેટલું ઠંડું પાણી મળે છે તેટલુંજ ઠંડું પાણી તે દેશના લોકોને માફક આવે છે.

ઉપર લખ્યા મુજબનું વાસણ ન મળે તો બેથી ચાર ગાગર પાણી રહી શકે એવો એક ટોપ લેવો. સ્તંભના કાંઠા સુધી આવે એટલું પાણી તેમાં ભરવું. જે પાણી ઓછું બરાબ તો તે જલદી ગરમ થાય છે. તેથી ઉપાયની અસર જોઈએ તેવી થતી નથી. કુવાના અથવા ઝરાના બારે જલ કરતાં વહેતું અને હલકું પાણી સારું ગણાય છે. આવું પાણી બ્યારે મળી શકે એમ નહોય ત્યારે જેવું મળે તેવું પાણી લેવું; અને તે ફેટલાક વખત સુધી એમને એમ

રહેવા દઇ પછી ટળ અથવા ટોપમાં રેડી દેવું પરંતુ ગરમી આવે ત્યાં સુધી રહેવા દેવું નહિ. પાણી હલકું છે કે ભારે છે તે જાણવાની રીત એ છે કે, જે પાણીમાં સાધુ ચોળવાથી પુષ્કળ ફીણ આવે છે તે પાણી હલકું; અને જે પાણીમાં હાથ ઉપર સાધુ ચોળવાથી ફીણ નહિ આવતાં ફીણને બદલે પરપોટા જેવું થાય તે પાણી ભારે છે એમ સમજવું.

આ ઉપરથી માર્ગનનો ઉપાય કરતી વખતે મરદોએ બીજી સર્વ વ્યવસ્થા ઉપર લખ્યા મુજબ રાખવી. પછી સ્તુલ ઉપર ખેમીને પોતાના ડાબા હાથનું વચ્ચલું આંગળું તથા તર્જની ( તેની પાસેની આંગળી ) વડે, જનનેદ્રિયના કુલના અગ્ર ભાગ ઉપરની ચામડી આગળ ( છેડા તરફ ) ખેંચીને તે ચામડીનો કોરવાળો ભાગ, એક ઇંચ સુધી પાણીમાં બોળી રાખવો અને જમણા હાથમાં ઉપર કહ્યું છે તેમ, રૂમાલ અથવા ટુવાલ લઈને તે કપડું પાણીમાં ભીંજવીને તેના વડે ઉપરથીના અગ્ર ભાગની ચામડીનું માર્ગન કરતાં રહેવું એટલે કે બીના ટુવાલ વડે હલકે હાથે ચોળ્યા કરવું. એ રીતે ટળમાંથી પાણી ટુવાલમાં લેવું અને ચોળવું; ફરી લેવું અને ફરી ચોળવું. એમ દશ બિનીટથી એક કલાક સુધી માર્ગનવિધિ ચાલુ રાખવો પ્રથમ દશ બિનીટથી આરંભ કરીને ક્રમે ક્રમે વધતા જવું. આ પ્રમાણે દિવસમાં ત્રણવાર અથવા તો બે, છેવટ એક વખત પણ આ પ્રયોગ અવશ્ય અજમાવી જોવા જોવો છે. ઇંદ્રિયના અગ્ર ભાગ ઉપર થઈને ચામડી ( ધુમટો ) આવેલ હોવાથી તે ભાગને સ્પર્શ થવાનો અથવા તો ટુવાલનો ઘસારો લાગવાનો સંભવ નથી. ફક્ત ચામડીનો છેડો રૂમાલ કે ટુવાલવડે ધીમે ધીમે ઘસીને ધોવાનો હોય છે. ચામડીનો અંદરનો ભાગ અથવા છેડાનો પાછળનો ભાગ અથવા જનનેદ્રિયનો બીજો કાંઈપણ ભાગ ધોવાની જરૂર નથી. પરંતુ પાણીમાં બોળી રાખેલા એ બહારના ભાગનો છેડો ચોળવાનું કામ વચ્ચે ખાંચો નહિ પાડતાં એક સરખી રીતે ચાલું રાખવું જોઈએ. એ વાત ખાસ કરીને લક્ષમાં રાખવાની છે.

જેમનાં શરીરમાં ગુમ ત્રણ (Ulcer) અથવા વિદ્રધિ હોય અને તેને લીધે જેમનાં શરીરમાં અંતર્દાહ ( ગરમી ) વિશેષ હોય, અગર જેમના શરીર માટેલા જીર્ણ તથા ગુમ રોગ બહાર પડવાની શરૂવાત થએલી હોય એવા કોઈકેએ આ ઉપાય કરવાથી તેમના શરીરની સઘળી ઉષ્ણતા નીચેનાં ભાગમાં ઉતરે છે; અને જનનેદ્રિયનો જે ભાગ આ પ્રયોગ દરમ્યાન ઘર્ષણ ( ઘસારો ) પામે છે તે ભાગમાં અથવા તેની આસપાસના ભાગમાં એ ઉષ્ણતા બહાર પડે છે. આમ થવું એ કાંઈ પ્રતિકૂળ લક્ષણ નથી. વળી આ પ્રયોગ ચાલુ હોય ત્યારે આ ઇંદ્રિયનાં અગ્ર ભાગ ઉપર ઝીણી ઝીણી ફાડલી અથવા કિંચિત સોજા થાય તો પણ તેથી ડરી જવું નહિ; પણ પ્રયોગ જરૂરી રાખવો. કદાચ જરૂર જણાય તો રૂમાલ અથવા ટુવાલ ખરબચડાને બદલે લગાર નરમ વાપરવો.

કેટલેક પ્રસંગે સ્તુલ ઉપર ત્રણ આંગળ પાણી આવે એટલું પાણી ટળમાં ભરી તે સ્તુલ ઉપર ખેસી ઉપર મુજબ ઇંદ્રિયનું માર્ગન કરવાથી જલદી અને વધારે ફાયદો થાય છે, આ રીતે સ્તુલની ઉપર આવે એટલું પાણી ભરવાથી નિતંબ ભાગ પાણીમાં ભીંજાય એ દેખીતુંજ છે; પરંતુ તેમાં હાનિ નહિ પણ લાભજ છે.

શરીર માંહેલી ઉષ્ણતાનો નિકાલ કરવાને માટે શરીરની બીજી ઇંદ્રિયો છોડીને આ ઉપરથી ભાગ ઉપરજ જલપ્રયોગ કરવાની જરૂર શા માટે છે, એવી શંકા કદાચ જે



કોઈના મનમાં ઉઠે તો તે સ્વાભાવિકજ છે. આમ કરવાનું કારણ એ છે કે, જનનેન્દ્રિયમાં મજબૂતતંતુની જેટલા છેડા એકત્ર થયા છે, એટલા ખીજ કોઈ ભાગમાં નથી.

સિમ્પેથેટિક નર્વઝ નામક મજબૂતજનુની પુષ્કળ શાખાઓ આ ઇન્દ્રિયોમાં આવેલી છે. જનનેન્દ્રિયમાં સર્વ જ્ઞાનતંતુઓ એકત્ર મળે છે, માટે એક રીતે તેને પ્રાણી રૂપી વૃક્ષનું મૂળ કહીએ તો ચાલે. એટલા માટે જેમ વૃક્ષના મૂળને પાણી મળવાથી સર્વ વૃક્ષનું પોષણ થઈને તે પ્રકુલિત રહે છે, તેમ જલમાં જનનેન્દ્રિયનું માર્જન કરવાથી શરીરની અંદરની ઉષ્ણતા ઓછી થાય છે; તપી ગએલા તથા ક્ષુબ્ધ ( ઉશ્કેરાયલા ) થએલા જ્ઞાનતંતુઓ શાંત થાય છે. અને તેને તાજગી મળે છે. મનનો ઉત્સાહ મજબૂતતંતુની સારી સ્થિતિ ઉપર અવલંબી રહેલો છે. માટે ઉપર કહેલા ઉપાયથી જ્ઞાનતંતુમાં તાજગી આવવાથી તેની અસર આખા શરીરમાં ફેલાય છે. શસ્ત્રક્રિયા કરતી વેળા અથવા અન્ય કારણોને લીધે જેમના શરીરના જ્ઞાનતંતુઓને ઇજા અથવા ખલલ પહોંચી હોય એવા લોકોને આ ( ઉપરથી માર્જન ) ઉપાયથી ફાયદો થતો નથી કારણ કે તેના જ્ઞાનતંતુઓનું મંડળ સરખી સ્થિતિમાં એટલે અખંડ નહિ હોવાથી જનનેન્દ્રિય માંહેલા જ્ઞાનતંતુઓ ઉપર થએલી અસર આખા શરીરમાં ફેલાઈ શકતી નથી.

જેઓ આ ઉપાયનો પ્રત્યક્ષ અનુભવ લેશે તેઓને જણાઈ આવશે કે પ્રકૃતિમાં વિકાર ઉપજવાથી થએલું નુકશાન મટાડીને તથા ઇન્દ્રિયોના સર્વ વ્યાપાર પૂર્વસ્થિતિ ઉપર લાવીને પ્રકૃતિ નીરોગી બનાવવાનું સામર્થ્ય આ ઉપાયમાં રહેલું છે.

અહીં જણવું જરૂરનું છે કે, જેઓ દરતા દરતા હોય એવા દરદીઓએ આ ઉપાયનો આશ્રય લેવાથી એમને લાભ થશે. એવાઓ સિવાય ખીજાઓએ આ ઉપાય કરવો નહિ. આ પ્રયોગ કેટલેક દરજ્જે ખીજત્સ જેવો જણાય છે, તેથી તે કરવા લાયક નથી, એમ કેટલાકો કહેશે; પરંતુ એઓએ આ વાત ખાસ લક્ષમાં રાખવાની છે કે, આ ઉપાય ખીજની હાજરી કે મદદ વિના સ્ત્રીઓથી કરી શકાય એવો છે અને તેથી ધણાખરાં દરદોની અંદર સ્ત્રીઓને વેધની જરૂર પડતી નથી. વળી ખીજ કેટલાક રોગો કે જેમાં પોતાની સર્વ લાજ તથા મર્યાદા તજીને પરપુરૂષ ( વૈદ ) સમક્ષ આખું અંગ ખુલ્લું કરીને દેખાડવું પડે છે તે અડચણ આ ઉપચારનો આશ્રય લેવાથી દૂર થાય છે; અને તેથી અનેક જાતની કડવી ફરીયાદોનો સહેલથી અંત આવી જાય છે. ખીજ પણ એક વાત એ છે કે, જ્યાં આરોગ્યનો સવાલ છે ત્યાં સારું, નરસું, ખિજત્સ વગેરે સધળા કલ્પનાઓને હાંકી કાઢવી જોઈએ. જેઓ તદ્દન નીરોગી છે, એવા લોકો ઉપર આ ઉપાયની ખીલકુલ અસર થશે નહિ, એમને આ પ્રયોગ કરવાનો સ્વાભાવિક રીતેજ કંટાળો ઉપજશે; પરંતુ જેમને કાંઈ પણ રોગ છે, એવાઓને તો આ સ્વાભાવિક કરતાં પણ વધારે સમય સુધી કરવાની ઇચ્છા કેટલેક પ્રસંગે થાય તો તે બનવા જોગ છે—ઇચ્છા થાય છે. જલની અંદર જનનેન્દ્રિયનું માર્જન કરવાથી શરીરની અંદરની ઉષ્ણતા શા માટે ઓછી થવી જોઈએ તેનું કારણ આ પ્રમાણે છે. પદાર્થોની બિન્ન અવસ્થામાં સમતા ઉત્પન્ન કરવાનો પ્રયત્ન કરવો એ સૃષ્ટિનો ધર્મ છે. એ નિયમ કેવળ ખીજ જડ પદાર્થોમાં ભૌતિક સૃષ્ટિમાંજ નજરે પડે છે એમ નથી; પણ પ્રાણીઓના શરીરને પણ એ નિયમ લાગુ પડે છે. જેમ કોઈ એક જગ્યામાં તપાવેલો ધાતુનો ટુકડો લાવીને રાખવાથી તે ટુકડા માંહેલી ઉષ્ણતા ધીમે ધીમે આસપાસની હવામાં બળે છે, તથા હવા માંહેલી ઠંડક તે ટુકડામાં મળે છે, તેમજ કેટલોક વખત વિત્યા પછી ટુકડાની

તથા આસપાસની હવાની ઉષ્ણતા સમાન થાય છે, તેજ પ્રમાણે મનુષ્ય અથવા ધૃતિર પ્રાણીઓનાં શરીરની સ્થિતિ પણ થાય છે. આ રીતે શરીરની ઉષ્ણતા અંદરથી બહાર અને બહારથી અંદર આવળ કરે છે ત્યારે ત્વચામાં તણાટ થાય છે, અને તેથી બેચેની ઉપજે છે. જ્વર આવ્યો હોય ત્યારે આવીજ સ્થિતિ થાય છે. જેમ જેમ જ્વર વધારે તેમ તેમ ચામડીમાં વધારે તણાટ થાય છે; તેમજ તેના પ્રમાણમાં ગ્લાનિ અથવા નબળાઈ પણ વધારે જણાય છે. જેમ ઉષ્ણ ઋતુમાં વાદળાં ચઢી આવવાથી ઉષ્ણતાને લીધે આપણે ગુંગળાઈ તથા ગભરાઈ જઈએ છીએ તેમજ વિજ્ઞતીય દ્રવ્યના ધર્મણથી ઉત્પન્ન થનારો જ્વર આવે ત્યારે પણ એમ થાય છે. જ્વરને લીધે જ્યારે આસપાસની હવા કરતાં શરીરમાં વધારે ઉષ્ણતા ઉત્પન્ન થાય છે, ત્યારે આરામ થવાને માટે બહારની તથા અંદરની ઉષ્ણતા સમાન થાય એવા ઉપાયો કરવા જોઈએ, એ ઉપાયો પૂર્વે કહ્યા તે છે. ઉષ્ણતા ઓછી કરવી એ તે ઉપાયોનો ઉદ્દેશ છે. માટે આ ઉપાયોમાં ઠંડુ પાણીજ વાપરવું જોઈએ. ઉપલા ઉપાયોથી કેવો ઉત્તમ લાભ થાય છે તે અનુભવ લેનારને જણાઈ આવશે. જ્યારે કોઈ ઉપાયથી લાભ ન થાય ત્યારે તે દરદીના શરીર માંહેલું ચૈતન્ય નષ્ટ થયું છે એમ સમજવું.

જે શરીરમાં વિજ્ઞતીય દ્રવ્યનો સંચય થએલો છે, તે શરીરને ગંભીર-કટાઈ ગએલા યંત્રની ઉપમા આપીએ તો ચાલે. જેમનું શરીર આવી સ્થિતિમાં છે, તેઓએ હંમેશ મુજબ આહાર લેવાથી શક્તિ કાયમ રહેતી નથી. શક્તિ કાયમ રાખીને કામ કરવાની તાકાત આણવાને માટે પૌષ્ટિક તથા ઉત્તેજક પદાર્થોનું સેવન કરવું પડે છે, અથવા હંમેશ કરતાં વધારે આહાર લેવો પડે છે. તેમજ તે આહાર પચાવવાને માટે પાચક ઔષધો અથવા મદ્ય જેવા ઉત્તેજક પીણાનું સહાય લેવું પડે છે, પરંતુ ખરી રીતે તો આવી રીતે વર્તવાથી શરીરની સ્વાભાવિક પચનશક્તિ ઓછી થાય છે.

શરીરમાં વીર્ય વધારવાનો એકજ માર્ગ છે, અને તે માર્ગ પચનક્રિયાને સુધારવી તે છે. એ હેતુ પચનક્રિયાને સુધારવાથી, સ્વાભાવિક એવો સાદો ખોરાક લેવાથી તેમજ પૂર્વે કહેલા ઉષ્ણતાનાશક શીતસ્નાનોના પ્રયોગ કરવાથી સારી રીતે પાર પડે છે. પચનદ્રિયો ગમે તેવી બગડેલી હોય, પરંતુ જ્યાં સુધી તે સુધારવા જેવી હોય છે ત્યાં સુધી બીજા કોઈ ઉપાયો કરતાં ઉપર કહેલા ઉપાયોથી ઘણીજ ઝડપથી સુધરી શકે છે. વળી આ ઉપાય કાંઈ કૃત્રિમ નથી, પણ શરીરના સ્વાભાવિક આપારને બીજકુલ અનુસરતો છે; એ એમાં એક વિશેષતા છે. ઉપરાંત વિજ્ઞતીય દ્રવ્યના ધર્મણથી ઉત્પન્ન થનારી ઉષ્ણતા-દાહ-જ્વરજન્ય દાહ-એ સર્વ આ ઉપાયોથી ઓછાં થાય છે, અને તેથી રોગનું પ્રબળ ઘટવા પામે છે. જેવી રીતે ઉષ્ણતાને લીધે પાણીમાંથી થનારી વરાળનું પુનઃ પાણી કરવું હોય તો વરાળની આસપાસની ઉષ્ણતા ઓછી કરવી પડે છે, તેમ જ્વર આદિ વિકાર થઇને શરીરની ઉષ્ણતા વધે ત્યારે તે વિકાર નાબુદ કરવા માટે શરીર માંહેલી ઉષ્ણતા ઓછી થાય એવો ઉપાય કરવો જોઈએ. ઉપર લખેલા ઉપાયોથી શરીર માંહેલી ઉષ્ણતા ઓછી થાય છે; માટે તેનાથી જ્વર વગેરે વિકારોમાં ફાયદો થવો જોઈએ, એમ સિદ્ધ થાય છે.

જેમ કોઈ યંત્રની ગતિ વધારે અથવા ઓછી કરવાને માટે અમુક ભાગોને ચલન આપવું પડે છે, તેમ મનુષ્યના શરીરની પણ સ્થિતિ છે. એટલા વારને આ ઉપાયને માટે જનને દ્રિયને પસંદ કરેલી છે.

આ ઉપાયની પ્રકૃતિ ઉપર શું અસર થાય છે, તે ઉપર કહેવામાં આવેલું છે. તે ઉપરથી એકજ ઉપાય વડે શીતળા, માહામારી, વિગેરે બિન્ન બિન્ન પ્રકારના રોગો કેમ મટાડી શકાય છે તે સ્પષ્ટ રીતે સમજી શકાશે. આ ઉપાયથી આખા શરીરની ચૈતન્યશક્તિ વધે છે. વળી આ ઉપાયથી શરીરના બીજા ભાગો કરતાં એક અમુકજ ભાગ વધારે ઉત્તેજિત થતો નથી. ફક્ત જ્યારે શસ્ત્રક્રિયા કરવાથી કોઈ મજબૂતતંતુ તુટી ગએલા હોય ત્યારે એમ થવું શક્ય છે. શરીરનું બળ આ ઉપાયથી એકાએક શી રીતે વધી જાય છે તેની કલ્પના બચ્ચાકોને હોતી નથી, અને તેથી રોગીની વિચારશક્તિથી વિરૂદ્ધ વસ્તુસ્થિતિ હોઈ શકે છે. દાખલા તરીકે કોઈ કોઈવાર એમ બને છે કે આ ઉપાય કેટલાક દિવસ પર્યન્ત કરવાથી તમાકુ જાતુ પીનારાઓનું વ્યસન છૂટી જાય છે, અને તેઓને તમાકુ પીવાની ઇચ્છા થતી નથી; અને તેથી કેટલાક લોકો એમ માની બેસે છે કે, જહર નખળું પડવાથી આપણને બીડી કુંકવાની ઇચ્છા થઈ શકતી નથી. પરંતુ ખરી વાત તો એથી જુદીજ હોય છે. પ્રથમ તમાકુના ઝેરનો પ્રતિકાર કરવા જેટલી શક્તિ જહરમાં નહતી, તેથી એમને તમાકુ પીવી ગમતી હતી. પરંતુ આ ઉપાયથી પચ્ચેન્દ્રિય સુધરીને જહરમાં શક્તિ આવવાથી તમાકુનું સરખી ઝેરી ચીજનો જહર ત્યાગ કરે છે, અને તેથી તમાકુ પીવાની વાંછના થતીજ નથી. આ ઉપાયથી મજબૂતતંતુ પણ સચેત બને છે. માટે જ્યાં સુધી પ્રકૃતિમાં કાંઈ પણ જુસ્સો રહેલો હોય ત્યાં સુધી આ ઉપાય અજમાવવામાં આવે તો મજબૂતતંતુમાં ઉત્સાહ ઉત્પન્ન થાય છે, અને તેથી મળદ્વારા વિજ્ઞાતીય દ્રવ્યનો પણ નિકાલ થાય છે.

તવચાનો દાહ ઓછો કરવાને માટે અથવા માંહેલુ ગુપ્ત વિજ્ઞાતીય અથવા દૂષિત દ્રવ્ય શરીરથી જૂદું પાડી તેનું પાણી કરવાને માટે કાળી માટીને બીંજરીને તેને કપડાની એક પેટી ઉપર પાથરીને તે પટ્ટી-પાટો-પેદુની આસપાસ ફરતો વીંટી લેવાથી ઉપલા ઉપાય પ્રમાણેજ ઉત્તમ ઉપયોગ થાય છે. પછડાવાથી, ઉઝરડા પડવાથી, છોલાવાથી અથવા અન્ય કોઈ રીતે શરીરને ઈર્જા કે જખમ થએલ હોય તો આ માટીના પાટાથી બહુજ ફાયદો થાય છે. પાટા ઉપર માટી બહુ પાતળી પાથરવી ન જોઈએ, અને તે માટીવાળો ભાગ પેટ તરફ રાખવો-એક અથવા બે કલાક સુધી-વધારે વખત આ પ્રયોગ કરવો નહિ. પાટો સુકાઈ ગયા પછી એનો કાંઈ પણ ગુણ નથી. આ માટીની પટ્ટી ઉપર બીજો ફલાલીનો પાટો પણ બાંધવો.

પણ એમ સમજવાનું નથી કે ઉપર બતાવેલા ઉપાયોથી પ્રત્યેક રોગી સામે થવોજ જોઈએ! કારણ કે, અગાઉ કહેવામાં આવ્યું છે તેમ આ ઉપાયથી સંધળા “રોગો” સાબ કરી શકાય છે. પરંતુ સંધળા “રોગી” સાબ કરી શકાશે એમ કહી શકતા નથી? જેમ મનુષ્યના શરીરમાં કાંઈ પણ સત્વ રહેલું ન હોય એટલે કે જેની અન્ન પચનની શક્તિ નષ્ટપ્રાય બનેલી હોય એવા દરદીને આ ઉપાયથી બીજા કોઈ પણ ઉપાયો કરતાં વધારે પણ કામ ચલાઉ આરામ જણાશે. પરંતુ એવા દરદીનો રોગ નિર્મૂલ થશે નહિ?

કેટલાક પ્રસંગોમાં ઉપર વર્ણવેલા ઉપાયોનો ઉપયોગ મધ્ય રીતે એટલે અલ્પકાળ પર્યંત અને વચ્ચે લાંબો ખાંચો નાંખીને કરવો પડે છે, અને કેટલેક પ્રસંગે તો તે તદ્દન બંધ રાખવો પડે છે, કેમકે તેમ કરવું હિતાવહ હોય છે. આવી વેળાએ એવા દરદીઓએ ડૉ. કુન્હે એમનું ચિકિત્સા શાસ્ત્ર જેણે સંપૂર્ણ રીતે બજેલું હોય એવા ચિકિત્સકની મદદ વગર કોઈ પણ ઉપાય ન કરવો, એજ માર્ગ ઉત્તમ છે.

## પ્રકરણ ૭ મું.

જ્ઞાનતંતુને લગતાં દરદો અને માનસિક વ્યાધિઓ, અનિદ્રા ઇત્યાદિ.

મગજના તેમજ જ્ઞાનતંતુના વ્યાધિઓને પણ સર્વ રોગ એક હોવાનો સિદ્ધાંત લાગુ પડે છે. વર્તમાનયુગ જ્ઞાનતંતુઓનાં દરદોનો કહેવાય છે તે કેટલીક રીતે ખરું છે. કારણ કે જ્યાં ત્યાં અનેક રૂપમાં આવાં દરદો દર્શન દે છે. આવાં જાતજાતનાં દરદોને બરાબર બંધબેસતાં યોગ્ય જીદાં જીદાં નામો આપવાને માટે ડૉક્ટરો માથાતોડ મહેનત કરી રહ્યા છે, એવા હેતુથી કે તે દરદોને મટાડવાનો માર્ગ પણ તે રીતે સરળ થાય.

નર્વસનેસ, ન્યુરસ્ટેનીઆ, શળ અથવા સણકા હાઇપોકૉન્ડ્રિઆ અથવા ચિત્તવિષાદ, હિસ્ટીરીઆ અથવા ભૂતવાયુ, ઉન્માદ, ક્ષીણતા અને નપુંસકત્વ, લકવા જેવા અંગ જીદાં પડી જવા જેવાં દરદો જ્યાં ત્યાં દષ્ટિગોચર થાય છે. અને એક સરખા કારણને લીધેજ પેદા થતાં બીજાં પણ આવાંજ એટલાં બધાં દરદો છે કે જેનાં નામ લખતાં પાર આવે તેમ નથી.

આવાં ગંભીર જ્ઞાનતંતુનાં દરદોના વધારા સાથે તેવા વ્યાધિઓનાં નવાં નવાં રૂપો પણ પ્રકટ થવા લાગ્યાં છે. પરંતુ એવાં બહારનાં સ્વરૂપો ઉપર આપણે બહુ આધાર રાખવા જઈએ તો તેથી આપણે અર્થ બરાબર સરતો નથી; કારણ કે વ્યાધિના ખરા સ્વરૂપનો આપણને ખ્યાલ આવે તેવી કોઈ ચાવી આપણા હાથમાં આવતી નથી. પરંતુ સામાન્ય રીતે તપાસતાં આવા દરદીઓમાં એક વાત આપણું ખાસ લક્ષ ખેંચતી દેખાય છે અને તે એ છે કે, તેઓ બધા કોઈ અંદરના બીગાડ, બેચેની અને અસ્વસ્થતાથી પીડાતા હોય છે. આવા દરદીઓ હંમેશાં અશાન્ત, ચીડીઆ અને દીલગીર રહ્યા કરે છે, અને પોતે ખરેખર કોઈ રોગથી પીડાય છે એમ તેઓ જો કે કયુલ કરતા નથી તો પણ કોઈ બેમાલુમ અને અજ્ઞાત રોગથી લાગણી તેમના મનમાં રહ્યા કરે છે.

આવાં દરદીઓ વિશે આપણે વધારે તપાસ કરીએ તો આપણને જણાય છે કે તેમાંના કેટલાક બહુજ વાતોડીઆ કે આખો વખત બોલ બોલ કરવાની ટેવવાળા હોય છે, જ્યારે બીજા કેટલાક વળી ધણાજ મુંગા બેસી રહેનારા અને બોલાવ્યા છતાં પણ નાજીટકે બે શબ્દ બોલે તેવા હોય છે. ધણાઓને રાત્રે નિદ્રા બરાબર આવતી નથી. બીજા કેટલાકોના હાથ પગ અને મન એવાં ચળવળાટ કરી રહ્યાં હોય છે કે સ્વસ્થતા શું છે તેનો અતુલ્ય તેઓને બાગ્યેજ થાય છે. આ ઉપરાંત નર્વસ દરદીઓનો એક વર્ગ આળસ અને એદીપણાથી મૂર્તિસમાન હોય છે; અને તેઓને સુતા હોય ત્યાંથી બેઠા થવામાં, અને બેઠા હોય ત્યાંથી ઉભા થવામાં મરણ કરતાં પણ વધારે કંટાળો ઉપજે છે. જ્ઞાનતંતુઓના દરદવાળા કોઈ કોઈ દરદી આખી દુનિયાથી કંટાળી જઈને અને પોતાને દુનિયામાં વધારે પડતો અને નકામો ગણી લઈ આત્મઘાત કરવાના વિચારથી આમતેમ ફરતો ફરે છે. બીજો એક ધનાઢ્ય દરદી કંઈ પણ પાયા વગરની કલ્પિત બયની વાતોથી અમકેલોજ રાત્રિદિવસ રહ્યા કરે છે, અને કોઈ ઉપાયે તેવા વિચાર પોતાના મનમાંથી દૂર કરી શકતો નથી. બીજા કેટલાકના હાથ અગર પગ, શરીરનું એક અંગ અગર મુખનો અર્ધોએક ભાગ, મુદ્દસ વાપરી ન શકાય તેમ લકવાથી નકામો થઈ જાય છે. આ ઉપરાંત તરેહવાર જાતના અને એક બીજાથી વિરુદ્ધ પ્રકારનાં લક્ષણોવાળા ઉન્માદ કે ગાંડપણના પંજામાં મનુષ્યો સમઠાતાં

જોવામાં આવે છે. જેઓને ઉપર કહ્યા તેવા વ્યાધિઓ સ્પષ્ટ રૂપમાં થએલા જણાતા નથી તેઓમાં પણ મન અગર મનની ઘણીએક શક્તિઓ નિર્માલ્ય બની ગએલી અગર તો વિકૃતિને પામેલી જોવામાં આવે છે. એક તરફ કેટલાંક મનુષ્યો પોતાના કોઈ કોઈ અંગો ઉપર કાબુ રાખી તેમને યોગ્ય રીતે વાપરી શકવા અશક્ત હોય છે, ત્યારે બીજી તરફ એવાં લાખો મનુષ્યો જોવામાં આવે છે કે, જેઓ પોતાના વિચારોને કબજે રાખી તેમના ઉપર સામ્રાજ્ય ભોગવી શક્તાં નથી. અનેક મનુષ્યોનું નિશ્ચયબળ એટલું અદ્ય હોય છે કે વિહારો અને વાસનાઓથી નાથેલા બળદની પેઠે બિચારાઓ જગતમાં આમથી તેમ અટવાયા કરે છે અને જીંદગીમાંથી કાંઈ પણ સાર ખેંચી શક્તા નથી. બીજા કેટલાકો વચન અને વિશ્વાસ, પ્રમાણિકતા અને નીતિ, ઉચ્ચ અભિલાષા અને ધર્મભાવના એ વગેરે ચીજો શું છે તે વિષે કેવળ અજ્ઞાન અને બેદરકાર હોય છે. આપણે જ્ઞાનતંતુનાં દરદોથી પીડાતાં હજારો મનુષ્યોને તપાસીશું તો પણ તેમાં બે વ્યક્તિઓ પણ એવી મળી નહિ આવે કે જેમના વ્યાધિનાં બહારનાં લક્ષણો તદ્દન એકસરખાં હોય. આટલા બધા વૈવિધ્ય અને વૈચિત્ર્યવાળા આ વ્યાધિ છે. આ કારણથી આવા વ્યાધિઓનું ખરું સ્વરૂપ સમજવામાં, તેમનાં બંધબેસતાં નામ પાડવામાં, અને તેમને મૂળથી મટાડવામાં, અગર તો થતા અટકાવવામાં, આપણા ડોક્ટરો અને વૈદ્ય હકીમો ઘણેભાગે નિષ્ફળ નિવડયા છે. જ્ઞાનતંતુનાં આવાં દરદોમાં દવાઓ અને ઔષધોવડે જાથુનો સુધારો કે આરામ ભાગ્યેજ થાય છે. જો કે કેટલીક ઝેરી સખત દવાઓ થોડા વખત માટે જ્ઞાનતંતુઓની લાગણીને બહેરી અને ચૈતન્ય વગરની કરી શકે છે.

દવાઓ કોઈ પણ વખત કોઈ પણ જાતનું શુભ પરિણામ નિપજવી શકે છે એમ માનવું એ બહુ મોટી ભૂલ અને અજ્ઞાન છે. સજીવ શરીરમાં રહેલા ચૈતન્યતત્ત્વ અગર પ્રાણબળ વડેજ હંમેશાં શરીરમાં સર્વ સુખકર અને આરોગ્યવર્ધક પરિણામો નિપજે છે; અને તે શક્તિની સહાયતાથીજ શરીર પોતાની અંદર એકઠાં થએલાં નુકશાનકારક દ્રવ્યોને કાઢી નાખવાની ક્રિયા ધીમેથી અગર ત્વરાથી અનુકૂળતા પ્રમાણે ચલાવે છે.

શરીરમાંથી ઝેરી પદાર્થોને કાઢી નાખવાની ક્રિયા ઘણી ઝડપથી ચાલતી હોવાનાં સ્પષ્ટ ચિન્હ કેટલાંક મનુષ્યના શરીરમાં જોવામાં આવે છે. ખાસ કરીને જ્યારે ઘણા સૂક્ષ્મ પ્રમાણમાં ( હોમીઓપેથિક ડોઝમાં ) ઝેરી દવાઓ દરદીને આપવામાં આવે છે ત્યારે તેવાં ઝેરથી શરીરના મલોત્સર્ગક અવયવોની ક્રિયા કુંઠિત થઈ જવાને બદલે તેઓ મૂળ ઝેરી પદાર્થો અને નવા દાખલ થએલા દવાના વિષને કાઢી નાખવા માટે પ્રબળ પ્રયત્ન આરંભે છે. એથી ઉલટું જ્યારે વિષમય દવાઓ મોટી માત્રામાં ( એલોપેથિક ડોઝમાં ) દરદીને ખવરાવવામાં આવે છે ત્યારે વિજ્ઞાતીય દ્રવ્યને શરીરમાંથી કાઢી નાખવાનું કામ મલોત્સર્ગક અવયવો કરવાને અશક્ત બની જાય છે. તે વારે અજ્ઞાન મનુષ્યો ભૂલથી એમ માને છે કે પોતાનું દરદ મટી ગયું, અને રોગના કારણરૂપ વિજ્ઞાતીય પદાર્થો પોતાના શરીરમાં હવે રહ્યાં નથી. તેજ વખતે આરોગ્ય પુનઃ પ્રાપ્ત કરવાના કુદરતના પ્રયત્નો ( તીવ્ર વ્યાધિઓ ) તેમજ જીર્ણ રોગોનાં બહાર દેખાતાં ચિન્હો થોડા વખતને માટે દબાઈ જાય છે. ઔષધોવડે જ્યારે વ્યાધિઓને મટાડવામાં આવે છે ત્યારે, વ્યાધિનાં ચિન્હો થોડા વખત માટે દબાઈ જઈ ફરી ફરીને પાછાં દેખાવા લાગે છે; તેનું કારણ હવે વાંચનારના લક્ષમાં બરાબર આવશે. કારણ કે ઔષધોની ઝેરી અસરને લઈને જ્ઞાનતંતુઓ થોડા વખતને માટે ચૈતન્યરહિત બની જાય



છે, એટલે રોગનાં બહારનાં ચિન્હો પણ તેટલો વખત જણાતાં નથી; પરંતુ કુદરતની અપૂર્વ ઘટનાને લીધે જ્યારે જ્ઞાનતંતુઓ પાછા સચેતન બને છે ત્યારે પાછાં તેજ ચિન્હો ફરી દેખાવ દે છે. જ્યારે ઝેરી દવાઓ થોડા પ્રમાણમાં આપવામાં આવે છે ત્યારે ઉપર કહ્યું તે પ્રમાણે બને છે. પરંતુ જ્યારે વિષમય દવાઓ મોટા પ્રમાણમાં વાપરવામાં આવે છે ત્યારે શરીરના એટલા બધા જ્ઞાનતંતુઓ એટલી હદ સુધી નાશ પામે છે કે મનુષ્યનું મરણ નિષ્કળ વિના રહેતું નથી. આવીજ દવાઓ ઓછા પ્રમાણમાં વાપરવાથી જ્ઞાનતંતુને થતા તુકસાનને લીધે જો કે મનુષ્યનું મરણ નીપજતું નથી તોપણ આખા શરીરમાં કોઈને કોઈ પ્રકારની હાનિ પહોંચ્યા વિના રહેતી નથી.

નજીવાં જેવાં કેટલાંક દરદોમાટે બેદરકારીથી લાંબા વખત સુધી લેવામાં આવતી દવાઓને લીધે આખરે ઘણાં ગંભીર જ્ઞાનતંતુનાં દરદો ઉત્પન્ન થાય છે એમ ખાતરીપૂર્વક કહેવામાં કાંઈજ હરકત નથી. જ્યારે ઔષધો અતિ સૂક્ષ્મ પ્રમાણમાં ( હોમીઓપથીની રીત પ્રમાણે ) આપવામાં આવે છે ત્યારે ઉપર કહ્યું તેમ જ્ઞાનતંતુઓ ચેતનરહિત બની જવાને બદલે એકવાર તો તેઓ ઉત્તેજિત બને છે, અને આખું શરીર દવાના ઝેરને બહાર કાઢી નાખવા માટે ઘણી વધારે મહેનત કરવા લાગે છે. પરંતુ જ્ઞાનતંતુની અને શરીરની આવી જગૃતિ પાછળથી અચુક રીતે આવનાર અચેતનપણા અને નાશની આરંભની સ્થિતિજ હોય છે એમાં કાંઈજ સંશય નથી.

એમ કહ્યા વગર ચાલે તેમ નથી કે જ્ઞાનતંતુઓનાં દરદોને મટાડવાની બાબતમાં જેનાં બહુજ બળુગાં ડુંકાય છે તેવી ઔષધોપચાર પદ્ધતિઓ કેવળ અશક્ત અને નકામી છે. ખરેખર ઘણાક બહુ પ્રસિદ્ધ અને અતિ કુશળ ગણાતા ડૉક્ટરોએ અનેકવાર કબુલ કર્યું છે કે આવાં દરદોમાં દવાઓ કાંઈજ લાભ કરતી નથી. તેથી હવાની ફેરબદલી, મુસાફરીથી મનને મળતો આનંદ અને વિશ્રાંતિ અને એવાજ ખીજ નિર્દોષ ઉપચારોની સાધારણ રીતે ડૉક્ટરો અને વૈદ્યો ભલામણ કરે છે; અને કદાચ આ પ્રમાણે કરવાથી થોડા વખત માટે ફાયદો થએલો દેખાતો હોય તો પણ તેમની આવા પ્રકારની ભલામણો ઉપરથી આપણે સ્પષ્ટ રીતે જોઈ શકીએ છીએ કે ઔષધોપચારના હિમાયતી વૈદ્ય ડૉક્ટરો આવાં દરદોના ખરા સ્વરૂપ અને મૂળ કારણો વિષે કેટલા અજ્ઞાન છે. આ પ્રમાણે જે વાત ઔષધોપચારથી મુદ્દલ બની શકતી નથી અને આગેવાન વૈદ્ય ડૉક્ટરોનાં મન જે વાત વિષે અતિ ગુંચવાડામાં પડેલાં છે તે વાત જોગોપચાર પદ્ધતિએ પાર પાડી છે, અને સ્પષ્ટ રીતે સમજાવી છે.

એ જાણીતી વાત છે કે આપણાં શરીરોમાં બે જાતના જ્ઞાનતંતુઓ હોય છે તેમાંથી એક જાતના જ્ઞાનતંતુઓ આપણી ઇચ્છાશક્તિને તાબે હોય છે અને આપણી મરજી મુજબ કામ કરે છે. તથા બીજી જાતના જ્ઞાનતંતુઓ જેને અંગ્રેજીમાં 'સીમ્પેથેટીક નર્વસ સીસ્ટમ' કહે છે તે આપણી ઇચ્છાશક્તિથી સ્વતંત્ર હોય છે, અને શ્વાસપ્રશ્વાસ, પચનક્રિયા, રૂધિરાભિસરણ વગેરે ક્રિયાઓ આપણી જગૃત તેમજ નિદ્રાગ્રસ્ત સ્થિતિમાં સતત ચલાવ્યા કરે છે. પરંતુ શરીરમાં વિજાતીય મળના સંચયને લીધે પેદા થતા સર્વ રોગો જ્ઞાનતંતુઓના વ્યાધિઓની જાતનાજ હોય છે એમ કહેવામાં આવે ત્યારે કેટલાકને પહેલાં તો આશ્ચર્ય ઉપજે છે. પરંતુ ખરી વાત તો તેજ છે, કારણ કે સામ્યપણે અને સુખપૂર્વક ચાલતી શરીરની અંદરની વિવિધ ક્રિયાઓમાં વ્યાધિને લીધે જ્યારે વિક્ષેપ કે અડચણ પડવા લાગે અને તે રીતે કોઈ જાતની પીડા હલ્લી થાય છે ત્યારેજ રોગની હયાતી વિષે આપણને જ્ઞાન થાય છે.

કુદરતી રીતે તો આમ બને છે ત્યારે વ્યાધિ થોડોધણો આગળની સ્થિતિને પહોંચી મએલો હોય છે, પરંતુ ડૉક્ટર કુદરતે શોધી કહાડેલા મુખ્યપરીક્ષાશાસ્ત્રવડે વ્યાધિનિદાન એકસ રીતે કરી શકાય છે. અકસ્માતવડે થતી ઇજાની વાત બાદ કરતાં એમ ખાતરીપૂર્વક કહી શકાય કે શરીરમાં વિજ્ઞાતીય પદાર્થો એકઠા થયા વગર શરીરમાં વ્યાધિ કદી પેદા થઈ શકે નહિ. શરીરમાં થતો દરેક જાતનો વિજ્ઞાતીય દ્રવ્યનો મળસંયમ શરીરના અમુક અમુક અવયવોમાંજ વિકાર કે અવ્યવસ્થા ઉત્પન્ન કરે છે, એટલુંજ નહિ પણ તે તે અવયવો કે શરીરના ભાગને ચલાવનાર અને તે સાથે સંબંધ ધરાવનાર જ્ઞાનતંતુઓને પણ નુકસાન પહોંચાડે છે. જ્યાં સુધી આ રીતે જ્ઞાનતંતુઓમાં પણ વિકાર થતો નથી ત્યાં સુધી વ્યાધિના અસ્તિત્વ વિષે આપણને ખબર પડતી નથી.

શ્વાસપ્રશ્વાસ, રૂધિરાભિસરણ અને પાચનક્રિયામાં વિભ્ર કરનારા રોગો બહુ ધીમે ધીમે દેખાવા લાગે છે. આવા રોગોમાં પણ તે તે અવયવોમાં મળસંયમ થઇને તેમની ક્રિયામાં વિકાર થયા પછી જ્યારે તેમની સાથે જોડાએલા જ્ઞાનતંતુઓ બગડવા લાગે છે ત્યારેજ આપણને ખબર પડે છે; પરંતુ આ જ્ઞાનતંતુઓ આપણી ઇચ્છાશક્તિને આધીન નથી, પણ તેઓ જ્યારે ખરાબ રીતે કામ કરતા હોય છે ત્યારે ઇચ્છાશક્તિને આધિન નહિ એવા મૂત્રપિંડ, આંતરડાં, મૂત્રાશય, હોજરી, રક્તાશય કે હૃદય, ફેફસાં વગેરે અવયવોનું કામ પણ નિયમિત રીતે ખરાબ ચાલે છે. જરૂર, મૂત્રપિંડ, મૂત્રાશય, હૃદય, ફેફસાં ઇત્યાદિ અવયવોની સાથે જોડાએલા જ્ઞાનતંતુઓમાં પણ જ્યાં સુધી વિજ્ઞાતીય પદાર્થોનો કચરો દાખલ થાય નહિ ત્યાં સુધી તે તે અવયવોના રોગ વિષે આપણને ખબર પડતી નથી.

આ રીતે સમજી શકાશે કે દરેક અવયવના વ્યાધિમાં તે તે અવયવ સાથે સંબંધ ધરાવતા જ્ઞાનતંતુઓમાં પણ રોગ પેદા થએલા હોય છે. એટલે કે, દાખલાતરીકે, પાચન ક્રિયા સંબંધીના દરદથી પીડાતાં મનુષ્યનાં જરૂર સાથે જોડાએલા અને પાચનક્રિયા ચલાવતા જ્ઞાનતંતુઓ પણ હંમેશાં બગડેલા હોય છેજ.

આગલાં પ્રકરણોમાં જણાવ્યા પ્રમાણે શરીરની તન્દુરસ્ત સ્થિતિ પ્રાપ્ત કરવા માટે સારી રીતે ચાલતી પાચનક્રિયાની જરૂર છે. કારણ કે રોગી માઆપ તરફથી બાળકને વિજ્ઞાતીય પદાર્થોવાળા શરીરનો જે વારસો મળે છે તે વાત બાદ કરતાં બીજા સર્વ પ્રકારના વિજ્ઞાતીય પદાર્થોનો કચરો બગડેલી પાચનક્રિયાને લીધેજ શરીરમાં એકત્ર થવા પામે છે. દરેક રોગ, અને તેવીજ રીતે જ્ઞાનતંતુનાં સર્વ દરદો, કાંતો વિકારી પાચનક્રિયાને લીધે અગર તો માઆપ તરફથી મળતા મળપૂર્ણ શરીરના વારસાને લીધે પેદા થાય છે. સર્વ રોગોનું આ એકસરખું સર્વસામાન્ય કારણ છે. આવી સ્થિતિમાં જે શરીરને નિર્મળ કરવા માટે જરૂર જેટલી જીવનશક્તિ ફાજલ પડી શકે તેમ હોય છે તો કોઈ એક જાતનો તીવ્ર રોગ (મ્યુ-રેટિવ ક્રાઇસીસ) ઉત્પન્ન થઈ શરીરમાં એકઠા થએલા કચરાને કાઢી નાખવાનો પ્રયત્ન આરંભાય છે; પરંતુ આ પ્રમાણે કરવા જેટલી જીવનશક્તિ ફાજલ પડી શકે તેમ હોતું નથી, ત્યારે જીર્ણ દરદો શરીરમાં ધર ધાલી રહેલાં જોવામાં આવે છે. આવા વિકારો કદી બંધ પડતા નથી, બહુ થાય તો તેઓ પોતાનું સ્વરૂપ બદલે છે, અને આખરે અગાઉ વર્ણવેલાં દુઃખદ જ્ઞાનતંતુનાં અને મનનાં દરદોને જન્મ આપે છે. ટુંકમાં કહીએ તો જ્ઞાનતંતુનાં દરદો એ માત્ર નહિ મટેલા જીર્ણ શારીરિક વ્યાધિઓજ છે, અને આ સિદ્ધાંતમાં રોગનાં બહારનાં લક્ષણો ગમે તેટલાં જુદાં હોય તેથી હરકત આવતી નથી.

ખીજા ધણીક જાતના રોગોમાં બને છે તેમ જ્ઞાનતંતુઓના વ્યાધિઓમાં પણ એક ખાસ લક્ષણ આપણા જીવોમાં એ આવે છે કે દરદીને કાં તો બહુજ શરદી કે ગરમીની લાગણી થયા કરે છે અને આ બંને પ્રકારની લાગણીઓ શરીરની જ્વરઅસ્ત હાલતનુંજ પરિણામ છે.

આ રીતે આપણે એક અતિ અગત્યના નિર્ણય ઉપર આવીએ છીએ, અને તે એ છે કે જ્ઞાનતંતુનાં સર્વે દરદો શરીરમાં જીર્ણ અથવા ગુમપણે રહેલા જ્વર-તાવનેજ સૂચવે છે. આમ હોવાથી શીતળા, ઝોરી, અછબડા, રાતડીયું, કંઠરોહિણી, ચાંદીપ્રમેહ ઇત્યાદિ રોગોનાં કારણ જેમ વિજ્ઞાતીય મળસંચય અને ગુમજ્વર હોય છે; તેજ પ્રમાણે જ્ઞાનતંતુના સર્વે વ્યાધિઓનું પણ તેવુંજ કારણ હોય છે, એમ હવે જો અમે જણાવીએ તો તે તદ્દન યોગ્યજ છે. આ ઉપરથી વળી એ પણ નિશ્ચય બાંધી શકાય છે કે ખીજા વ્યાધિ મટાડવામાં જોગોપચારના જે ઉપાયો કામ લાગે છે તેના તેજ ઉપાયો જ્ઞાનતંતુના વ્યાધિઓ મટાડવામાં પણ અકસીર નિવડવા જોઈએ. અને આ વાત ખરી હોવાનો પુરાવો ડોક્ટર કુહને અને ખીજા સેઠડો ઉપચારકોએ સાબ કરેલા દરદીઓ તરફથી પુરતા પ્રમાણમાં મળી રહે છે.

ઉપર કરેલા વિવેચનથી જ્ઞાનતંતુનાં સર્વે દરદોનાં ખરાં સ્વરૂપ, મૂળ કારણ અને યોગ્ય ઉપાય વિષે આપણને ચોક્કસ ખ્યાલ આવે છે. ઔષધોના હિમાયતી વૈદ્ય ડોક્ટરોની માફક અંધારામાં અથડાવાને બદલે વ્યાધિ વિષે ખાતરી લાયક જ્ઞાન આપણને આ રીતે પ્રાપ્ત થવાથી જ્ઞાનતંતુઓના દરદીઓને આપણે અકસીર સહાયતા અર્પી શકીએ છીએ.

જાતજાતના અનેક વ્યાધિઓના સૈન્ય તરફ ઉપર કહેલા દ્રષ્ટિબિંદુથી જે મનુષ્ય જોશે તેને જણાયા વિના નહિજ રહે કે વ્યાધિનાં લક્ષણોનું ખરું સ્વરૂપ ઉપર કલા પ્રમાણે જે સમજતો હોય તેજ વ્યાધિને મટાડવાને માટે ખરા અને અકસીર ઉપાય આપવાને શક્તિવાન હોય છે. જેમ એક સરદાર પોતાનાં લશ્કરના દરેક સિપાઈના ગુણ સ્વભાવ વગેરેથી ખરાખર માહિતગાર હોય તોજ તેમનો ઘટતો ઉપયોગ કરે અને તેમની સહાયતા વડે વિજય મેળવી શકે છે. તેજ પ્રમાણે સર્વ વ્યાધિઓ અને તેમનાં સર્વે લક્ષણો વિષેનું બહુવ્યાપિ અને સર્વસામાન્ય જ્ઞાન જોને હોય તેજ ઉપચારક દરદીને સાબ કરી શકે છે. શરીરનાં નાનાં મોટાં સર્વે અંગો એક ખીજા સાથે અતિ ગાઢ સંબંધ ધરાવે છે અને એકજ જાતનું લોહી સર્વેમાં ફર્યા કરે છે, તેથી જો કે અમુક સંજોગોને લીધે વ્યાધિનાં લક્ષણો શરીરના કોઈ એક ભાગમાંજ દેખાવ દે છે, તો પણ તે ઉપરથી એમ સમજવાનું નથી કે શરીરનાં બાકીનાં ખીજાં બધાં અંગો અને ખીજા બધા ભાગમાંનું લોહી કેવળ તદ્દન તન્દુરસ્ત છે. આ અતિ મહત્વની અને સત્ય વાતને વિસરી જઈને વર્તમાન કાળમાં ડોક્ટરોને “સ્પેશીએલીઝમ” નું ગાંડપણ લાગ્યું છે જોને લીધે તેઓ નાક, કાન, આંખ, ગળું, ફેફસાં, હૃદય, વગેરે અવયવોમાંથી ફક્ત એકજ અવયવના રોગો મટાડવા માટે માત્ર તે તે અવયવોનાજ ઉપાયો કરે છે. પરંતુ આ પ્રમાણે આખા શરીરના એકી વખતે ઉપાયો કરવાને બદલે પોતાની દ્રષ્ટિને અતિ સાંકડા પ્રદેશમાં રોકી દેવાથી તેઓ વૈદ્યકશાસ્ત્રને આડકતરી રીતે અને દરદીઓને સીધી રીતે બહુ નુકસાન પહોંચાડે છે.

જ્ઞાનતંતુઓનાં દરદોનું નિદાન અથવા પરીક્ષા કરવામાં ઔષધીશાસ્ત્રના હિમાયતીઓ ધણાજ અજ્ઞાન હોય છે, અને તેજ પ્રમાણે તેવા રોગો મટાડવાની બાબતમાં પણ તેટલાજ અશક્ત હોય છે. ધણી વાર તો જ્ઞાનતંતુ સંબંધીના વ્યાધિઓને તેઓ મુદલ પારખી શકતા નથી. ખીજે બંધે ઠેકાણે ફેફસાં ફાંફાં માર્યા પછી હજારો દરદીઓ છેવટે ડોક્ટર કુહને પાસે

સલાહ માટે ગયા હતા તેવા સર્વ દરદીઓ ઔષધિશાસ્ત્રના નિર્માલ્યપણાની સખળ સાબિતી પુરી પાડે છે. ઉપર કહ્યા તેવા ઘણાએક દરદીઓને ડૉક્ટરોએ તપાસીને એવું જણાવ્યું હતું કે, તમને કંઈ રોગ થએલો નથી અને તમારા શરીરમાં કોઈ પણ પ્રકારનો વિકાર નથી હતાં વિના કારણ તમે પોતે માંદા હોવાના ખ્યાલ રાખી ડૉક્ટરોની પાસે અથડાયા કરો છો અને દુઃખી થાઓ છો. આવા દરદીઓ અસંતોષ પામીને છેવટે જ્યારે ડૉક્ટર કુહનેની પાસે ગયા ત્યારે તેમને જોતાંની સાથેજ ડૉક્ટર કુહનેને માલુમ પડ્યું કે તેવા દરદીઓનાં શરીરો વિજ્ઞાતીય પદાર્થોના કચરાથી ભરેલાં છે. ડૉક્ટર કુહને જણાવે છે કે મારી પદ્ધતિ પ્રમાણે દરદીની સ્થિતિનું નિદાન કરી પછી જોગોપચારતા વિવિધ ઉપાયો લાગુ કરતાં મારા સર્વ દરદીઓને એટલો જલદી લાભ થતો હતો કે તેઓ આશ્ચર્ય પામતા અને જેમ જેમ વિજ્ઞાતીય પદાર્થોના કચરો શરીરમાંથી નીકળતો ગયો એટલાજ પ્રમાણમાં તેમના શરીરનો દેખાવ, શક્તિ, અને મનની સ્થિતિમાં સુધારો થતો ગયો. જેણે જેણે આવી જાતના જોગોપચાર પદ્ધતિના ઉપાયોનો યોગ્ય રીતે અનુભવ લઈ જોયો છે તેઓ સર્વે ડૉક્ટર કુહનેએ શોધી કાઢેલ નિદાન અને ચિકિત્સાની અતિ ઉત્કૃષ્ટતા વિષે સંપૂર્ણ ખાત્રી અને વિશ્વાસ ધરાવે છે.

જેઓ ડૉક્ટર કુહનેએ ખતાવેલી પદ્ધતિ પ્રમાણે રોગની પરીક્ષા અને ઉપચાર કરે છે તેઓની ઉપચારક તરીકેની સ્થિતિ ઘણી ચઢીઆતા પ્રકારની થાય છે. ડૉક્ટર કુહનેની મુખ-પરીક્ષાશાસ્ત્રની રીત પ્રમાણે દરદીને તપાસવાથી દરદીને પોતાને ખબર પડે તે પહેલાં જાને માને શરીરમાં વધતા જતા જ્ઞાનતંતુના વ્યાધિઓની આગાહિ કે ચેતવણી વર્ષો પૂર્વેથી આપી શકાય છે. ખાસ કરીને ખરડા અને ખોચી ઉપર એકઠો થએલો મળસંચય જેને “પૃષ્ઠસ્થ સંચય” (Dorsal or back encumbrance) કહે છે તે જ્ઞાનતંતુનાં દરદોનું ખાસ ચિહ્ન છે એ વાત ખુલાસાવાર ડૉક્ટર કુહને પોતાના મુખપરીક્ષા શાસ્ત્રમાં સમજાવે છે.

**માનસિક રોગો:**—ઉપર કહેલી વાત મનના રોગોને પણ લાગુ પડે છે. આવા રોગોનાં ખરાં સ્વરૂપ વિષે પણ વૈદ્ય ડૉક્ટરો તેટલાજ અજ્ઞાત હોય છે. વૈદ્યકનાં પુસ્તકોમાં મગ-જનાં દરદો થવાનાં જે કારણો લખેલાં હોય છે તે મૂળ અને મુખ્ય કારણો નહિ પણ ગૌણ હોય છે. કારણ કે અગાઉ વર્ષો સુધી વિજ્ઞાતીય દ્રવ્ય શરીરમાં સંચિત થયાં કરે તે પછી ડૉક્ટરો જણાવે છે તેવાં કારણો માણસના મગજને બગાડી નાંખી ઉન્માદ—ધેન્રજા વગેરે પેદા કરી શકે છે. કુદરત વિરૂદ્ધ અસ્વાભાવિક જીવન ઘણો વખત ગાળવાને પરિણામે પાચનશક્તિ બહુ વિકારી થઈ જઈ અન્નનો અપકવ રસ શરીરમાં મળ રૂપે ભરાઈ રહે છે. આવા મળસંચયનો નિકાલ જો કુદરતી ઉપચારોવડે કરવામાં આવતો નથી તો આખરે તેનું પરિણામ અસાધ્ય માનસિક વ્યાધિઓ અથવા આગળ વધતા લકવા (પ્રોગ્રેસિવ પેરાલિસિસ) માં આવે છે. એ તો દેખીતુંજ છે કે અધાં માણસો કાંઈ એક સરખા પ્રમાણમાં કુદરત વિરૂદ્ધ જીવન ગુજારતા નથી અને તેથીજ અધાં માણસોને ઉપર કહ્યાં તેવાં ગંભીર દરદો થતાં નથી. દરદીની જાતનો આધાર મળસંચયના પ્રમાણ અને સ્થાન ઉપર રહેલો છે. નુકસાનકારક પદાર્થોના કચરો બહુ વધતે વધતે શરીરના પૃષ્ઠ ભાગ (ખરડો) ઉપર થઈ જ્યારે છેવટે મગજમાં દાખલ થાય છે ત્યારે વિષયોન્માદ, નર્વસિટી, ધેન્રજા, લકવો, એટલે જાત જાતના પેરાલેસીસ વગેરે વ્યાધિઓના પંજામાં મનુષ્યો સપડાય છે. કેટલાંક મનુષ્યો આવા વ્યાધિઓ થવાનો બધો દોષ હાલના સુધરેલા જમાનાને આપે મૂકે

છે અને જાણે પોતાનો તો તેમાં કંઈ દોષજ ન હોય તેમ માનતાં જાણાય છે. પરંતુ કુદરતના કાયદા તોડ્યા વગર આપણને ચાલેજ નહિ એવી દરજ હાલનો કહેવાતો સુધારો આપણને પાડતો હોય તેટલાજ પ્રમાણમાં ફક્ત આપણા વ્યાધિઓ માટે તે જવાબદાર લેખાય. પરંતુ આવી ખાસ દરજ આપણને પાડવામાં આવતી ન હોય પણ માત્ર સ્વેચ્છાચારથી, અને હાલના જમાનાએ ઉત્પન્ન કરેલી મોજશોખની અનેક ચીજો અને એશિઆ-રામના સાધનોથી આપણે લોભાઈ જઈને તેના ઉપભોગમાં ગુલામ જેવા બની જઈએ, અને તે રીતે રોગી બનીએ તો તેમાં દોષ જમાનાનો નહિ પણ આપણો પોતાનો છે. તેજ પ્રમાણે તંદુરસ્તી મેળવવાનો કે જાળવવાનો એકલો એકજ માર્ગ આરોગ્યના નિયમો પ્રમાણે ચાલવાનો છે તેને બદલે ઝેરી દવાઓથી તંદુરસ્તી અને બળ મેળવી શકાય છે એવું શીખવનાર ઔષધિશાસ્ત્ર કે વૈદ્ય આપણી હાલની દુઃખદ સ્થિતિના મુખ્ય કારણ રૂપ છે. ઔષધિશાસ્ત્ર તો કહે છે કે દરદીને સાદું ચોખ્ખું પાણી પીવા આપવાથી નુકસાન થાય છે, તેથી તેને બદલે ખીર, વાઇન, અને આલ્કોહોલવાળાં બીજાં પીણાંઓ અને કેટલાક ઝરાઓનાં પાણી જેને અંગ્રેજીમાં મીનરલ વૉટર્સ કહે છે તે પીવાની ભલામણ કરે છે. કુદરતની વિશ્વચાલીને મનુષ્યો તમાકુ, ગાંજો, ચડસ વગેરે એટલા બધા પ્રમાણમાં અને સતત પીવા લાગ્યા છે કે જાણે મીલોની ચીમનીઓજ હોયને તેવા દેખાય છે. અને જત જતના દારૂ એટલા પ્રમાણમાં પીવાવા લાગ્યા છે કે મનુષ્યો દારૂ ભરવાનાં પીપ (Beer-barrels) જેવા બની ગયા છે. આના પરિણામે નિર્બળ બાંધો અને નિર્માલ્ય શરીરો, અને ઉત્સાહ વગરનાં મનવાળાં મનુષ્યોથી દેશ ઉભરાઈ જવા લાગ્યો છે. મૃગથીજ મળેલા નિર્બળ જ્ઞાનતંતુઓની પાસે કામ કરાવવા માટે તેમને ઉશ્કેરનાર તગાકુ દારૂ અને ટૉનિક દવાઓની જ્યાં ત્યાં બહુ જરૂર પડવા લાગી છે. આ ઉપરાંત વળી બંધ બારણાંવાળા અને હવાની અવરજવર વિનાના ઘરમાં કામ કરવાથી તથા સેંકડો માણસોને એકઠાં મળીને કામ કરવું પડે તેવી મીલો અને ફેક્ટરીઓએ દેશની તંદુરસ્તીની પાયમાલી કરી નાંખી છે.

પરંતુ શહેરોથી દુર આવેલાં ગામડાંઓ જ્યાં હાલમાં કહેવાતા સુધારાનો પવન હજી સુધી વાયો નથી અને જ્યાં સ્ત્રી પુરૂષો દરરોજ નિયમિતરીતે ખુલ્લી હવામાં કામ કરે છે અને સાદા આહાર ઉપર નિર્વાહ કરે છે અને જેમને હાલના દવાઓના શાસ્ત્રનો મોટો ચેપ હજી લાગ્યો નથી તેઓમાં અગાઉ કહ્યા તેવા મગજના વ્યાધિઓ તદ્દન નહિ જેવા હોય છે. જે કવચિત તેવાં દરદો ત્યાં જેવામાં આવે છે તો તે દારૂડીઆ માખાપનાં છોકરાંમાં હોય છે. તેનું કારણ એકે દારૂડીઆ માખાપ તરફથી વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય રૂપી કચરાથી ભરેલા શરીરોનો વારસો તેમનાં છોકરાંને મળે છે; જેને પરિણામે તે છોકરાંને કોઈ મગજનો વ્યાધિ, અથવા બીજો કોઈ ગંભીર વ્યાધિ થાય છે; કારણ કે “ખાપ તેવા બેટા અને વડ તેવા ટેટા” એ કહેવત પ્રમાણે રોગી અને વ્યસની માખાપનાં છોકરાં તંદુરસ્ત હોવાનો આગ્યેજ સંભવ હોય છે.

આલ્કોહોલના ઓછા વધારે પ્રમાણવાળા દારૂને પીવાથી શરીરમાં તેની વ્યવસ્થા કરવામાં એટલું જીવનબળ રોકાઈ અને વપરાઈ જાય છે કે બીજું કોઈ કામ કરવા માટે શક્તિ ફાજલ પાડી શકાતી નથી. દારૂડીઆઓને લાગતી અતિશય કંટાળાની લાગણી અને અતિશય અસ્વાભાવિક ગાદ નિદ્રાનું કારણ ઉપર કહ્યું તેમ દારૂને પચાવવામાં શરીરને પડતો પરિશ્રમ એજ છે. દારૂડીઆઓના પેટમાં ખોરાક કોહી જઈને જે નુકશાનકારક વાયુઓ



પેદા થાય છે તેની અસરને લીધે મગજ ઉપર બહુ દબાણ થવાથી દારૂડીઆનાં મગજ બહુ ખરાબ થઈ જાય છે. દારૂ પીવાથી પોતાનું જ્ઞાન ભૂલી ગયો હોય અગર તો દારૂને લીધે જે અર્ધ ઉન્મત્ત અવસ્થામાં આવી ગએલો હોય તેવો કોઈ મનુષ્ય સ્ત્રીસંગ કરીને પ્રજા ઉત્પન્ન કરે તો તેવી પ્રજા લગભગ હંમેશાં ગાંડી અગર તો સાડા ત્રણ પાયાનીજ પાકે છે, અથવા તો નાની ઉમરમાંજ નાશ પામે છે.

માખાપ તરફથી મળપૂર્ણ શરીરનો વારસો મળવાથી અથવા તો શરીરમાં વિજ્ઞાતીય પદાર્થોનો સંચય થવાથી થતા કોઈ પણ જાતના મગજના વ્યાધિનું અગત્યનું કારણ બન-  
ડેલી પાચનક્રિયા છે અને તેથી અગાઉ કહી ગયા તે પ્રમાણે ખીજા સર્વ વ્યાધિઓની માફક મગજનાં દરદો પણ પેટમાંજ ઉત્પન્ન થાય છે.

માણસ જેમ વધારે સાદુ અને કુદરતી જીવન ગાળે છે તેમ તે વધારે તંદુરસ્ત અને વધારે સુખી રહી શકે છે. આજ કારણથી અમેરિકામાં ગુલામી કરતા સિદ્ધિઓને જ્યાં સુધી સાદા ખોરાક ઉપર મહેનતુ જીવે તેવા ગાળવી પડતી હતી ત્યાં સુધી તેઓ મગજના વ્યાધિ-  
ઓથી મુક્ત રહ્યા હતા; પરંતુ જ્યારથી તેમને સ્વતંત્રતા અને તે સાથે હાલનાં મોજશોખ-  
નાં સાધનોવાળી એસઆરામની જીવે તેવા બહુવામાં આવી ત્યારથી સુધરેલા જમાનાનું વિષ તેમની આખી જાતમાં સંચાર કરી રહ્યું છે.

એ જાણીતી વાત છે કે પુરૂષોના કરતાં સ્ત્રીઓમાં મગજના વ્યાધિઓ બહુ ઓછા પ્રમા-  
ણમાં જોવામાં આવે છે. આનું એક ચોક્કસ કારણ એ છે કે પુરૂષોના કરતાં સ્ત્રીઓ તમાકુ  
અને દારૂનો ઘણો ઓછો ઉપયોગ કરે છે. જે સ્ત્રીઓમાં ગાંડપણ, ઉન્માદ વગેરે જોવામાં  
આવે છે તેઓમાં તપાસ કરતાં મળપૂર્ણ શરીરનો વારસો હોવાનું કારણ મળી આવે છે.

મગજના ઘણાક વ્યાધિઓમાં એવું જોવામાં આવે છે કે વ્યાધિ થતા પૂર્વે અગર તો  
વ્યાધિના વધારાની સાથે સાથેજ શરીર અને મનની ક્રિયા બહુ તેજ થયેલી જોવામાં આવે છે.  
આ બનાવ આપણા ઔપચિશાસ્ત્રના હીમાયતિઓ મુદ્દલ સમજાવી શકતા નથી. ખરું કારણ  
તો એ છે કે વિજ્ઞાતીય પદાર્થોનો કયરો જ્યારે શરીરમાં વધતો વધતો મગજ ઉપર જઈ  
પહોંચે છે ત્યારે મગજ ઉપર તેનું દબાણ વધતું જાય છે અને તે રીતે જ્ઞાનતંતુનાં કેન્દ્ર  
(નર્વ સેન્ટર્સ) ઉપર પણ દબાણ થવાથી તેમની સાથે સંબંધ ધરાવતા અવયવો બહુ જોરથી  
કામ કરવા લાગે છે. આવાં મનુષ્યો બહુ અસ્વસ્થ ચિત્તનાં હોય છે અને એક કામ પડતું  
મુકી ખીજાને પકડવા ફાંફાં માર્યા કરે છે, અને તેમને કોઈ સ્થળે કશાથી શાન્તિ કે સંતોષ  
મળતો નથી. આવી સ્થિતિ કેટલીકવાર નાવાં બાળકોમાં જોવામાં આવે છે અને તે વખતે  
તેમની અસ્વસ્થતા અને ચંચળતાને લીધે તેઓ ચાલાક અને હુશીયાર છોકરાંમાં ખપે છે,  
પરંતુ તેમની તેવી અસ્વાભાવિક ચાલાકી અને હુશીયારી પાછળથી કોણ જાણે ક્યાંએ જતી  
રહે છે. આ કારણથીજ ડૉક્ટર હ્યુઝ કુન્હે કહે છે કે “ Infant prodigies seldom  
show marked abilities in later life. અસાધારણ પ્રતિભાસંપન્ન બાળકો મોટી  
ઉંમરે સામાન્ય આપણું ધ્યાન ખેંચે તેવું બુદ્ધિબળ બતાવી શકે છે. ”

કોઈ તીવ્ર રોગ પેદા થઈ શરીરમાંથી વિજ્ઞાતીય પદાર્થો નીકળી જાય નહિ તો શરી-  
રના પીઠના ભાગ ઉપર એકઠો થએલો કયરો મગજ તરફ જવા લાગે છે અને પેટના  
જ્ઞાનતંતુઓ, કરોડરજીવુ અને સીમ્પથેટીક નર્વને બહુજ તુકસાન પહોંચાડે છે. શરીરમાં  
જીલ્લું વ્યાધિ લાંબી મુદત ચાલુ રહી, તેનું અતિમ પરિણામ કોઈ પણ પ્રકારના મગજના

વ્યાધિમાં આવે છે. કેટલાક તીવ્ર રોગોમાં મગજનાં દરદો એકાએક દેખાવ દે છે અને પાછાં એકાએક અદૃશ્ય થઇ જાય છે. આમ થવાનો આધાર શરીરના અંદરના ભાગ ઉપર વિજ્ઞાતીય પદાર્થોનો ઝોછા વધારે દબાણ ઉપર રહે છે. ઉન્માદ અથવા ગાંડપણના કેટલાક દાખલામાં એમ બને છે કે વચ્ચે કેટલીક મુદત સુધી દરદી તદન ડાહ્યો અને સાગ્ગે થઇ જાય છે. પરંતુ વિજ્ઞાતીય પદાર્થોનું કોઈક કારણસર ઝોછું થએલું દબાણ પાછું વૃદ્ધિ પામેલા બળથી વધી આવતાં દરદી અગાઉના કરતાં પણ વધારે ઉન્માદ દશાને પામે છે.

ધીરે ધીરે વધતો જતો લકવો જેને ઇંગ્રેજીમાં “ પોએસીવ પેરાલીસીસ ” કહે છે તે બીજું કંઈજ નહિ પણ આગળ વધેલો મગજનો વ્યાધિજ છે. દવાની હીમાયત કરનારા વૈદ્ય ડૉક્ટરો એમ ખાતરી આપતા જેવામાં આવે છે કે ઘણીવાર બહુજ તંદુરસ્ત અને સર્વોત્તમ શરીરબળવાળાં મનુષ્યો પ્રોએસીવ પેરાલીસીસનાં ભોગ થઇ પડે છે. ખરી તંદુરસ્તી કોને કહેવી તે વિષેનું દવા વાપરનારા ડૉક્ટરોનું અજ્ઞાન આ ઉપરથી ચોખ્ખું દેખાઇ આવે છે. કુદરતી રોગોપચાર વિદ્યાના અભ્યાસીઓ આ બાબતમાં વધારે જાણે છે કારણ કે આપણે જાણીએ છીએ કે પ્રોએસીવ પેરાલીસીસ જેવું ભયંકર દરદ કદી પણ એકાએક થઈ આવી શકે નહિ પણ તેનાં મૂળ વરસો આગમ્યથી શરીરમાં ફેલાતાં જતાં હોય છે જે વિષે ડૉક્ટર કુહનેનું મુખપરીક્ષાશાસ્ત્ર બહુ સારી રીતે જ્ઞાન આપી શકે છે. આ ઉપરથી આપણે ખાતરીપૂર્વક જાણીએ છીએ કે તદત તંદુરસ્ત માણસને મગજના વ્યાધિઓ થઈ આવવાની વાત તદન જુદી અને હાસ્યપ્રદ છે.

મગજના વ્યાધિઓ મટાડવાનો એક રસ્તો એ છે કે તેવા વ્યાધિના કારણરૂપ વિજ્ઞાતીય પદાર્થોનો શરીરમાંથી નીકાલ કરી કાઢવો. આ વાતની સત્યતાનો અનુભવ પૂર્ણ પુરાવો ડૉક્ટર કુહને અને તેમની પદ્ધતિ પ્રમાણે કામ કરનાર બીજા ઉપચારકોને હાથે સાજા થએલા અનેક ઉન્માદના દરદીઓ પૂરા પાડે છે.

ડૉક્ટર કુહને પોતાના અનુભવનો એક દાખલો આ પ્રમાણે વર્ણવે છે:-ઘણાં વર્ષથી પૂરેપૂરી ગાંડી થઈ ગએલી એક તેવીસ વર્ષની સ્ત્રીને તેના માખાપ મારી પાસે લાવ્યા. આ દરદી કુટુંબનાં માણસોને રાત દિવસ બહુ હેરાન કર્યા કરતી હતી. તેને તપાસ્યા પછી મને જણાયું કે વિજ્ઞાતીય મળસંચયની જગ્યા એવી હતી કે તે મટી શકે અને તેથી હોંમતપૂર્વક મેં મારા પાણીના ઉપાય અજમાવવાની તેમને બલામણુ કરી. તે વખતે દરદીના મગજની સ્થિતિ એવી ખરાબ હતી કે પોતાની મેળે મારાં બતાવેલાં સ્નાન લઈ શકે નહિ તેથી તેની માને તે કામ કરવું પડતું હતું, છતાં એક મહિનાની ટુંક મુદતમાંજ તેની તબીયત એટલી સુધરી ગઈ કે તે બતાવેલા ઉપચાર પોતાની મેળે લેવા લાગી; અને અગાઉની ટેવો તેણે તજ દીધી. છ મહિનામાં તો આ સ્ત્રી તદન સાજા થઈ ગઈ.

ઉપરના દાખલામાં જલદી લાભ થવાનું કારણ વિજ્ઞાતીય મળસંચય બહુ પ્રતિકૂળ સ્થાને નહોતો તે હતું, કે જેથી તેની પચનક્રિયા જલદીથી સુધરી શકી. વળી દરદીનું ગાંડપણ તોફામી જાતનું નહોતું, પરંતુ ઉલટું દરદી બોલ્યા ચાલ્યા વગર દીલગીર થઇને રાતદિવસ એસી રહે તેવી જાતનું હતું તેથી પણ દરદ વહેલું મટવામાં મદદ મળી.

પરંતુ જે દાખલામાં મળસંચય બહુ પ્રતિકૂળ સ્થાને થયો હોય અગર તો કુહનેએ બતાવેલા ઉપચારો કરવાનું કેવળ અશક્ય હોય એવી દરદીની સ્થિતિ હોય તો તેવા વ્યાધિને

ભાગ્યેજ મટી શકે તેવો ગણી શકાય. દાખલા તરીકે ધણાક દરદીઓ એવા હોય છે કે મહા પ્રયત્ને પણ કટિસ્નાન વગેરે ઉપચારો લેવાનું દરદીને સમજવી શકાતું નથી. અને તેથી તેવા હદીલા અગર તો મગજના ખસેલા દરદીઓને સાજા કરી શકાતા નથી. ક્ષયરોગની માફક મગજના વ્યાધિઓ પણ રોગની અંતિમ સ્થિતિરૂપ છે. તેથી કરીને વખતસર ઉપચાર કરવામાંજ સાજા થવાની મુખ્ય આશા રહે છે. ડૉક્ટર કુહનેએ કરેલી શોધ પહેલાં આમ કરવું ઘણું મુશ્કેલ હતું, કારણ કે વ્યાધિની પ્રાથમિક સ્થિતિ વિષેની ચેતવણી વેધ ડૉક્ટરો આપણને આપી શકતા નથી અને અમુક પ્રમાણમાં મગજના વ્યાધિઓ વધી ગયા પછી ખબર પડે ત્યારે તેને માટે ખરા અકસીર ઉપાયો કયા છે તે વિષે પણ આપણે અજાત હતા. પરંતુ હવે તો કુહનેના મુખપરીક્ષાશાસ્ત્રવડે ભવિષ્યમાં થનાર મગજના વ્યાધિઓ સંબંધી ચેતવણી આપણને અગાઉથી મળી શકે છે અને કુદરતી જોગોપચારવડે તેમને ચોક્કસ રીતે અટકાવી અને મટાડી શકાય છે.

ઘેલછા અને ઉન્માદ જેવાં દરદો અસાધ્ય અને નહિ મટે તેવાં ગણાય છે, પરંતુ સત્ય વાત તેથી ઉલટીજ છે. આના પુરાવામાં ડૉક્ટર કુહને પાતાના અનુભવનો એક દાખલો નીચે પ્રમાણે વર્ણવે છે.

ચાંદી-પ્રમેહના પરિણામે એક મનુષ્યને પ્રોએસીવ પેરાલેસીસ અથવા વધતા જતા લકવાનું સખત દરદ લાગુ પડ્યું હતું. કેટલાંએ વરસથી આ દરદીનો જઠરાગ્નિ મંદ પડી ગયો હતો. તેમાં વળી ધંધા-રોજગારની શીકર ચિંતાઓને લીધે વધારો થતો ગયો અને ધણાક ઉપચારો કરવા છતાં કંઈજ વળ્યું નહિ. ઈ. સ. ૧૮૮૭ ના જુલાઈ માસમાં આ દરદી કેટલાક ડૉક્ટરોની ભલામણને લીધે એક પ્રખ્યાત ઝરાનું પાણી પીવા માટે ત્યાં જઈ રહ્યો, પરંતુ તે પાણીની તેના ઉપર એટલી ખરાબ અસર થઈ કે તેની સ્થિતિ વધારે ગંભીર બની. તેની બોલવાની શક્તિ બગડી ગઈ અને પોતે શું બોલે છે તેનું તેને જ્ઞાન રહેતું નહિ. સૌથી પ્રસિદ્ધમાં પ્રસિદ્ધ ચાર ડૉક્ટરોને કનસલ્ટેશન માટે બોલાવવામાં આવ્યા, જેઓએ પારાનો મલમ શરીરે ચોળવાની ભલામણ કરી. પરંતુ તે દવાનો ફક્ત ચાર વખતજ ઉપયોગ કર્યો, એટલામાં તે દરદીની એટલી ખરાબી થઈ ગઈ કે ડૉક્ટરે તેને એક સવાલ પૂછ્યો તેનો તે મુદ્દલ જવાબ આપી શક્યો નહિ પણ તેનો તે સવાલ પોતે બોલી બતાવવા લાગ્યો. ડૉક્ટરોએ તેના સાજા થવાની આશા મુકી દીધી, ત્યારે તે દરદીને વીએના શહેરમાં લઈ જવામાં આવ્યો અને ત્યાં એક બહુ પ્રખ્યાત સ્પેસ્યાલીસ્ટને બતાવવામાં આવ્યો. આ ડૉક્ટરે દરદીને તપાસીને એવું નિદાન કર્યું કે તેને મગજનો ક્ષય (Atrophy of Cerebrum of luetic origin) અને વધતો જતો લકવો (Paralysis Progressiva) થયેલાં છે, જેને લીધે ટુંક સુદતમાંજ તેને ઉન્માદાલય (ગાંડાની ઇસ્પીતાલ)માં પુરી રાખવો પડશે. દરદીની હાલત સુધરવાની આ ડૉક્ટરે કોઈ આશા આપી નહિ, તેમ છતાં આયોડીનનો ઉપયોગ કરવાની તેને ભલામણ કરી; પણ તેની તેવી સલાહ પ્રમાણે ચાલવાનું દરદીના સગાને દીક લાગ્યું નહિ. છેવટે એક મિત્રની સલાહ ઉપરથી એક છેલ્લા ઉપાય તરીકે મારા ઉપચાર અજમાવવાના ઇરાદાથી તેઓ દરદીને લઈને સીધા લીપઝીક શહેરમાં આવ્યા. જોગોપચારના કુદરતી ઇલાજ શરૂ થયા તે વખતે દરદી એક શબ્દ પણ બોલી શકતો નહોતો. તે તદ્દન ઉદાસીન રહેતો અને તેને પુછનામાં આવતા સવાલો ઉપર મુદ્દલ ધ્યાન આપતો નહિ. તે ઉપરાંત વળી પોતાની કુદરતી હાજતોને એક મનુષ્ય તરીકે તે સંતોષી

શકતો નહિ, કારણ કે ઇચ્છાશક્તિ તેની તદ્દન નાશ પામી હતી. ઠંડા પાણીનું સ્નાન અને સાદા કુદરતી આહારને લીધે તરતજ સુધારો થતો દેખાયો અને ત્રણ દિવસમાં પાચન-શક્તિ સુધારા જીપર આવી. એક અઠવાડીયામાં દરદીનું ભાન ઠેકાણે આવ્યું અને ફરીથી વાત કરવા લાગ્યો. નિયમિત રીતે આ પ્રકારનો સુધારો આગળ વધતો ચાલ્યો અને બે માસની મુદતમાં તો તે તદ્દન સાજો થઇ ગયો અને પ્રોગ્રેસીવ પેરાલેસીસનું નામ નિશાન પણ મુદ્દલ રહ્યું નહિ.

ડૉક્ટર કુહનેએ લખેલા ઉપરના બે દાખલાઓ સર્વ વ્યાધિના એકત્વ વિષેના સિદ્ધાંતનો સખળ પુરાવો આપે છે. બીજી જાતના દરદની માફક મગજના વ્યાધિઓ પણ એકજ કારણથી ઉત્પન્ન થતા ન હોત તો બીજા વ્યાધિઓને મટાડનાર ઉપાયો વડે મગજના વ્યાધિઓ પણ ઉપર કહ્યું તેવી રીતે કદી મરી શકત નહિ.

## પ્રકરણ ૮ મું. ફેફસાંના વ્યાધિઓ.

ફેફસાંનો વરમ ( ન્યુમોનીઆ ), ક્ષય, ફેફસાંના આવરણનો સોજો ( પ્લ્યુરિસિ ), આમડીના ક્ષય જેવાં ‘ લ્યુપસ ’ આદિ દરદો.

વૈદ્ય ડૉક્ટરોને અતિશય ગુચવાડામાં નાખનાર અને દવાઓ અને રસીઓના સર્વે ઉપાયોને લેશ માત્ર નહિ ગણકારનાર એવો બીજો વ્યાધિ તે ફેફસાંનો ક્ષય છે. આ રોગ વર્તમાન-કાળનો જળ્પરામાં જળ્પરો યમદૂત છે, અને તે સમગ્ર મનુષ્ય જાતને ભયથી કંપાવે છે તથા દરદની ઉમર, હોદ્દા કે ધંધાની લેશ માત્ર દરકાર કર્યા વગર તેમનો ભોગ લીધેજ જાય છે.

જુદા જુદા સ્વરૂપે અને જુદી જુદી સ્થિતિમાં ક્ષયરોગ જેટલો બહોળા વિસ્તારમાં ફેલાયેલો છે તેટલો કદાચ બીજો કોઇ રોગ ફેલાયેલો નથી. આ રોગનાં બહારનાં ચિન્હો અગર લક્ષણો એટલાં તરેહવાર હોય છે કે બે દરદીમાં ભાગ્યેજ તે એક સરખાં જોવામાં આવે છે. એક દરદીને હાંફણની માફક શ્વાસ લેવામાં ઘણીજ અડચણ પડતી હોય છે, બીજા દરદીનું માથું હંમેશાં બહુ દુઃખ્યા કરે છે, ત્રિજાની પાચનક્રિયા મંદ પડી ગએલી હોય છે, ચોથાને પોતાના મરણ પૂર્વે પંદર દિવસ અગાઉ છાતીમાં શરદી થઈ પોતે મૃત્યુવશ થયો તે પહેલાં શરીરમાં કાંઇજ અવ્યવસ્થા જણાતી નથી, પાંચમાને પણ કાંઇજ દરદ હોય એમ લાગતું નથી; છતાં એકાએક શીઘ્રવેગી ક્ષયરોગ ( ગેલપીંગ કંઝમ્પશન ) તેના શરીરમાં દેખાય છે તે પછી થોડાજ દિવસમાં તે મરી જાય છે, છઠ્ઠાને હાડકાના સડા જેવું દરદ થયાનું લાગે છે, છતાં ખરી રીતે તેને ક્ષયરોગ લાગુ પડેલો હોય છે. ઘણા માણસો જેમનાં ફેફસાં બગડેલાં હોય તેમને ખભામાં દરદ જણાય છે, અને બીજા કેટલાકની આંખો અને કાન ચાલુ રોગી રહ્યા કરે છે; અને તે રીતે મૂળ કારણ ક્ષયરોગ તરફ કાંઈનું ચાલતાં સુધી ધ્યાન પહોંચતું નથી. કેટલીક વખતે વળી ગળામાં સ્વર નલિકામાં અને શ્વાસનળીમાં તથા માથામાં શરદી ચાલુ રહ્યા કરે છે તેનું કારણ પણ ઘણીવાર ગુપ્ત ક્ષયરોગજ હોય છે. બીજા કેટલાકને વળી પગના સડાનો વ્યાધિ હોય છે, જ્યાં ગુમડાં અને ઘારાં પડી વરસાંનાં વરસો સુધી પણ વહ્યા કરતું હોય છે. તેજ પ્રમાણે “ લ્યુપસ ” અને “ હરપીસ ” જેવાં દરદોની

પાછળ ક્ષયરોગ રૂપી રાક્ષસ છુપાઇને બેઠેલો હોય છે, જેની ભાળ ફક્ત ડોક્ટર કુહનેએ શોધી કઢાડેલા મુખપરીક્ષાશાસ્ત્ર વડેજ લાગી શકે છે.

લગભગ સર્વ ક્ષયરોગી મનુષ્યોનું એક ખાસ લક્ષણ એ હોય છે કે તેઓ પોતાનાં મોઢાં થોડા વધારે પ્રમાણમાં ખુલ્લાં રાખે છે. તેઓ દિવસેજ આ પ્રમાણે કરે છે એમ નથી, પણ જલદી શ્વાસોચ્છ્વાસ લેવાય માટે રાત્રે પણ ઉઘતી વખતે તેઓ મોઢાં ઉઘાડું રાખે છે; તેમના શરીરની અંદર જરૂર કરતાં વધારે ગરમી હોવાથી તેને શાન્ત કરવા માટે બહારની ઠંડી હવા વધારે જડપથી અંદર લેવા માટે તેઓ પોતાનું મોઢાં ઉઘાડું રાખે છે.

શરીરમાં સર્વ સ્થળે ફરતા લોહીને ચોખ્ખી હવાવડે શુદ્ધ કરતા રહેવાનું કામ ફેફસાંનું છે. જ્યારે આ ફેફસાં વિનતીય પદાર્થોના કચરાથી ભરાઇ જાય છે, ત્યારે રક્ત શુદ્ધિનું કામ તેઓ ખરાબર રીતે બજાવી શકતાં નથી; અને તેથી શરીરમાંથી નીકળી જવો જોઇતો કચરો વધુ અને વધુ પ્રમાણમાં શરીરની અંદર એકઠો થતો જાય છે. આ સઘળી અવ્યવસ્થા ફેફસાંથીજ આરંભાએલી હોવાથી તેમનેજ વધારેમાં વધારે નુકસાન પહોંચે છે. પરિણામે રક્તનું બંધારણ ધણુંજ મલીન અને અસ્વાભાવિક બની જાય છે; અને તેને લીધે શરીરના અંદરના ભાગમાં સુકી બાળા નાખે તેવી ગરમી પેદા થાય છે. શરીરની અંદરની આવી અતિશય ગરમીને લીધે ફેફસાં હંમેશાં સુજેલાં અને gangrenous રહ્યા કરે છે. એવા gangrenous ભાગ પછી મૃત ટીશ્યુ Tissue જેને કહે છે તેવા બની જાય છે, અને આખરે ઉધરસ આવીને બલગમ રૂપે બહાર નીકળી જાય છે.

હાલમાં ક્ષય રોગની જાતના બધા વ્યાધિઓ વાસ્તવિક રીતે ધણા બયની નજરથી જોવામાં આવે છે. ઔષધિશાસ્ત્રના અભ્યાસીઓ પરક્રશન અને ઑરકલ્ટેશન percussion and auscultation ની પદ્ધતિવડે ખાતરીપૂર્વક ક્ષયની ચિકિત્સા વખતસર કરી શકતા નથી, પરંતુ જ્યારે વ્યાધિ ધણો જ વધી જાય છે અને લગભગ અસાધ્ય બની જાય છે ત્યારેજ તેની ખબર તેમને પડે છે. ડોક્ટર કુહનેએ શોધી કઢાડેલા મુખપરીક્ષાશાસ્ત્રવડે ક્ષય રોગની શરૂઆત વિષેની ચેતવણી વર્ષો અગાઉથી મળી શકે છે, છતાં તેનો લાભ પ્રજા લેતી નથી એ બહુજ દીલગીરીની વાત છે. ફેફસાંમાં પડેલા ખાડાઓ અને કોહી ગએલા ભાગ ઔપરેશન વડે કાપી કાઢવાથી અગર તો ટુબરક્યુલીન જેવી દવાઓ અને રસીઓ શરીરમાં પીચકારી વડે દાખલ કરવાથી આ રોગ મૂળમાંથી કદી મટાડી શકાતો નથી. ક્ષય જેવા ફેફસાના બચકર વ્યાધિમાંથી મુક્ત થવાનો માત્ર એકજ ખરો ઉપાય છે, અને તે એ છે કે જે પ્રકારના કુદરત વિરુદ્ધ જીવનથી વ્યાધિનાં મૂળ શરીરમાં પ્રસરતાં ગયાં હોય તેવા અસ્વાભાવિક જીવનને બદલે કુદરતી નિયમોને અનુકૂળ નિયમિત ખાનપાન, નિર્દોષ રહેણીકરણી, પવિત્ર વિચાર અને સાદું જીવન આચરતા થવું. તેની સાથે ડોક્ટર કુહનેએ બતાવેલા ઉપચારો ખંતથી ધણા લાંબા કાળ સુધી ચાલુ રાખવાથી અવશ્ય લાભ થાય છે. ક્ષય જેવા બચકર રોગને થતોજ અટકાવવાની ખાસ જરૂર છે અને તે માટે કુહનેના મુખપરીક્ષાશાસ્ત્રના આધારે વખતસર ચેતવાની જરૂર છે. ધણાં મનુષ્યો તો પોતે જરા પુષ્ટ દેખાતાં હોય અને સાધારણ રીતે ખાઈ પી શકતાં હોય એટલે પોતાને ક્ષયરોગ થવાનો મુદ્દલ સંભવ સ્વીકારી શકતાં નથી, અને પરિણામે દુઃખી થાય છે. ડોક્ટર કુહને પોતાના અનુભવનો આવો એક દાખલો નીચે પ્રમાણે વર્ણવે છે:—“ઉપર ઉપરથી જોતાં તન્દુરસ્ત અને મજબુત દેખાતી એક જીવાન સ્ત્રી તોફરને સારામાં સારા હેતુપૂર્વક મેં ચેતવણી આપી કે, ક્ષય રોગના સ્પષ્ટ ચિન્હોથી તું



પીડામ છે અને જો મારા બતાવેલા ઉપચારો બરાબર રીતે વખતસર કરવા નહિ માંડે તો એકાદ વર્ષમાં તારો જીવ જશે. આના જવાબમાં તે બાઈએ કહ્યું કે મારામાં કંઈ રોગ નથી અને તેથી કોઈ પણ જાતના ઉપાય કરવાની જરૂર નથી. મેં તે પછી કાંઈ કહ્યું નહિ પરંતુ તે સ્ત્રીના મરણ પૂર્વે ચાર મહીના અગાઉ ઉપર કહેલી ચેતવણી ફરીથી મેં તેને આપી, છતાં કમનશીબે તે સ્ત્રીએ અગાઉ માફકજ જવાબ આપ્યો. તે પછી ત્રણ મહીને એકાએક તે ખાટલાવશ થઈ અને ફક્ત ચારજ અઠવાડિયામાં ગેલપીંગ કંઠમ્પશને તેનો જીવ લીધો.”

ફેફસાંના વ્યાધિઓ થવાનાં કારણો વિષે હવે આપણે વિચાર કરીએ. પૂર્વે બીજી કોઈ જાતના થએલા વ્યાધિઓને સંપૂર્ણ રીતે મટાડી દેવાને બદલે દવાઓના ઉપચાર વડે શરીરની અંદર દબાવી દેવામાં આવે છે ત્યારે આખરે તેઓ ફેફસાંનાં દરદોમાં પરિણમ પામે છે. જાતજાતના જનનેદ્રિયના વ્યાધિઓ ફેફસાંના દરદોના મૂળરૂપ બહુધા હોય છે. આવાં રોગી માખાપોથી પેદા થએલાં છોકરાંમાં પણ ફેફસાંના વ્યાધિ તરફનું વલણ હોય છે. ચાંદી, પ્રમેહ, પ્રદર વગેરે વ્યાધિઓ ઉપર સખત દવાઓ વાપરવાથી તે દબાઈ ગએલા બહારથી દેખાય છે; પરંતુ તેવા વ્યાધિઓનાં અને દવાઓનાં શરીરમાં ભરાઈ રહેલાં વિષમય વિજ્ઞતીય તત્વો સ્ત્રીબીજ અને પુરુષબીજ એટલે ધાતુ અને રેતસને વિકારી બનાવી ગર્ભાધાન કાળે રોગી શરીરનો વારસો બાળકને આપે છે, જે આગળ જતાં કંઠમાળ કે ક્ષય રોગવાળું બને છે. માખાપના સારાં ખોટાં એકે એક લક્ષણો સૂક્ષ્મરૂપે તેમનાં વીર્ય કે ધાતુમાં રહેલાં હોય છે, અને તેની મારફત તેમનાં બાળકોમાં તે ઉતરી આવે છે. ડોક્ટર કુહને કહે છે કે કંઠમાળ અથવા ગંઠમાળવાળા લગભગ સર્વે દરદીઓ આગળ જતાં ક્ષય રોગી બને છે. તે ઉપરથી એમ કહી શકાય કે કંઠમાળ એ ક્ષય રોગનું માત્ર પૂર્વરૂપ છે. આ ઉપરથી આપણે જેઈ શકીએ છીએ કે શરૂઆતમાં એટલે કે કંઠમાળની સ્થિતિમાં ફેફસાં જેવા શરીરની અંદરના ઉપયોગી અવયવોનું રક્ષણ કરવા માટે નુકસાનકારક વિજ્ઞતીય પદાર્થોને શરીરની સપાટી તરફ હસેલી કાઢવા જેટલી શક્તિ શરીરમાં રહેલી હોય છે. પરંતુ યોગ્ય ઉપાયના અભાવે આ શક્તિ ધીરે ધીરે નાશ પામે છે, અને આખરે, એટલે કે ક્ષય રોગની પ્રકટ સ્થિતિમાં, ફેફસાં જેવાં ઉપયોગી અવયવો ઉપર થતા વિજ્ઞતીય દ્રવ્યના હુમલાને અટકાવનાર કોઈ શક્તિ રહેતી નથી. ડોક્ટર કુહને કહે છે કે “ It is quite impossible that persons who are really healthy, can be suddenly attacked by any kind of tuberculosis (consumption) in case of temporary encumbrance with foreign matter, however many turbercle bacilli they may inhale.” ખરેખર તંદુરસ્ત માણસો ઉપર કોઈ પણ જાતના ક્ષય રોગનો એકાએક હુમલો થાય એ તદ્દન અસંભવિત છે. વિજ્ઞતીય પદાર્થોનો કચરો થોડા વખતથી શરીરમાં એકઠો થયો હોય તેવો માણસ ક્ષયના ગમે તેટલા જંતુઓ શ્વાસમાં લે તોપણ જો તે માણસ પૂર્વે બીજી બધી રીતે તંદુરસ્ત હોય તો તેને ક્ષય રોગ થઈ શકતો નથી, કારણ કે ક્ષયરોગ થવા માટે શરીરની અંદર નાશકારક અતિશય ગરમી હોવાની જરૂર છે; અને તેટલી ગરમી લાંબો કાળ શરીરની અંદર રહ્યા કરે તોજ ક્ષયના જંતુઓ ત્યાં વધી શકે છે. પરંતુ મળપૂર્ણ શરીરો માખાપ તરફથી વારસામાં મળ્યાં હોય ત્યારેજ, અથવા તો અતિશય વિષમયોગ કે એશઆરામ વડે શરીરનાં સત્ત્વ અને બળનો ધણોજ નાશ કરવામાં

આવ્યો હોય ત્યારેજ, શરીરના ઉડાણમાં ઉપર કહી તેવી અતિશય ગરમી લાંબો કાળ રહી શકે છે અને ક્ષયના જંતુઓને શરીરમાં ફાવવા અને વધવા દે છે.

ખાસ બાબત તો એ સ્પષ્ટ રીતે સમજવાની છે કે ખીજ સર્વ રોગોની માફક ફેફસાનાં દરદો પણ પેટમાંથીજ એટલે કે વિકારી પાચનક્રિયામાંથીજ પેદા થાય છે. કારણ કે મળપૂર્ણ શરીરનો વારસો બાળકને મળ્યો હોય તેવા દાખલામાં પણ ફેફસાંમાં વિજ્ઞતીય પદાર્થો દાખલ થએલા ક્વચિત્ જોવામાં આવે છે. આવી સ્થિતિમાં ફેફસાં પુરેપુરાં ખીલેલાં નથી હોતાં એ વાત ખરી, અને તેથી પાચનક્રિયાની અવ્યવસ્થા, ચોખ્ખી હવાનો અભાવ, મોજશોખને લીધે શરીરના સત્ત્વનો નાશ; એ વગેરે કારણો જ્યારે ઉભેરાય છે ત્યારેજ ફક્ત શરીર ક્ષય રોગના પંજામાં સપડાય છે. જેમ એક સાંકળ ઉપર વજન આવતાં તેનો નખળામાં નખળો ભાગ પ્રથમ તૂટવા લાગે છે તેજ પ્રમાણે વિજ્ઞતીય પદાર્થોની માઠી અસર નખળાં ફેફસાં ઉપર સૌથી પહેલી થાય છે અને એ રીતે ક્ષયરોગ જેવાં ગંભીર દરદને જન્મ મળે છે. ક્ષયરોગી કુટુંબમાં જન્મેલાં મનુષ્યોએ આ ઉપરથી એક વાત એ શીખવાની છે કે પોતાનાં શરીરમાં વિજ્ઞતીય પદાર્થો મુદ્દલ વધવા ન પામે તેવી ખાસ સંભાળ રાખવી.

ક્ષયરોગી દરદીઓની બાબતમાં એવું ધણીવાર જોવામાં આવે છે કે, બહુ સંભાળ પૂર્વક પસંદ કરેલા ખોરાકમાંથી પણ પુરતું પોષણ તેમની જરૂર ખેંચી શકતી નથી, કારણ કે તેમના પેટમાં હદ ઉપરાંત ગરમી રહેતી હોય છે. કૃત્રિમ રીતે ખનાવેલાં પોષક તત્ત્વો ખોરાકમાં ઉમેરવાથી અગરતો ખોરાકનો પોષક ગુણ કૃત્રિમ રીતે વધારી દેવાથી શરીર બહુ સારી રીતે પોષાય છે; એમ માનવું એ મોટી ભૂલ છે. કારણ કે શરીરના પોષણનો મુખ્ય આધાર પાચનક્રિયાની તંદુરસ્ત હાલત ઉપરજ રહેલો છે. પરંતુ પેટમાં વિજ્ઞતીય દ્રવ્યનો કચરો જેમ ઓછો વધારે હોય છે તેમ પાચનક્રિયા પણ ઓછી વધારે વિકારી જુદાં જુદાં માણસોમાં જોવામાં આવે છે. પરંતુ ખરી ભૂખ અને સ્વાદિષ્ટ ચીજો ખાવાની જીભની હાલત એ બે વચ્ચે ધણો ભેદ છે. પેટમાં રહેલો વિજ્ઞતીય પદાર્થોનો કચરો વધતે વધતે માથા તરફ ઉંચે ચઢવા લાગે છે, અને તેમ કરતાં તેમને ફેફસાંમાં થઇને પ્રસાર થવું પડે છે. તે વખતે જો ફેફસાં અગાઉથીજ નખળાં અને રોગી હોય છે, તો વિજ્ઞતીય પદાર્થોનો હુમલો તેઓ સહન કરી શકતાં નથી, પણ ક્ષયરોગ જેવા ભયંકર વ્યાધિના પંજામાં સપડાય છે અને તેવી સ્થિતિમાં વિજ્ઞતીય દ્રવ્યો મગજ તરફ જવાનું માંડીવાળે છે.

મળસંચયને લીધે ફેફસાંમાં કહોવાટ શરૂ થાય છે ત્યારે સૌથી પહેલાં ફેફસાંની ટોચનો ભાગ નાશ પામે છે. આમ થવાનું કારણ એ છે કે વિજ્ઞતીય પદાર્થો જ્યારે કહોવા લાગે છે ત્યારે તેમાં જે ફરમેન્ટેશન થઈ ઉભરાણુ આવે છે તેનું દબાણ હમેશાં ઉપરની બાજુએ હોય છે. ફેફસાંની ટોચો ખભા આગળ આવેલી હોય છે અને ફરમેન્ટેશન અથવા ઉભરાણુની હાલતમાં આવેલા વિજ્ઞતીય પદાર્થો ફેફસાંના છેક ઉંચામાં ઉંચા તે ભાગમાં આવીને ખૂબ દબાણ કરે છે, તે વખતે ખભા તે પદાર્થોને ઉપર ચડતાં અટકાવે છે. આથી કરીને ફેફસાંના તે ટોચના ભાગમાં સૌથી પ્રથમ અને વધારે નુકસાન પહોંચે છે. ક્ષયરોગીઓને ધણીવાર ખભામાં દરદ થતું માલમ પડે છે તેનું કારણ ઉપરના વિવેચનથી સમજી શકાશે.

ફેફસાંની અંદર ક્ષયરોગની ગ્રંથિઓ (Tubercular nodules) થવાના અણ કારણ વિષે હવે ખુલાસો અહીં કરી લેવાની જરૂર છે. અર્થ અથવા મસા, વિદ્રધિ અથવા

પાઠાની ગાંઠો, અને ખરું કહીએ તો ખીલ સુદ્ધાં ખીજી સર્વ જાતની ગાંઠો જે રીતે બંધાય છે તેજ રીતે ક્ષયની ગ્રંથિઓ પણ ફેફસાંમાં બંધાય છે. આ વાત જરા લંબાણુ ખુલાસાથી સમજાવવાની જરૂર છે. આપણે અગાઉ જોઈ ગયા તેમ તંદુરસ્ત મનુષ્યની ચામડી જરા બીનાશવાળી હોય છે, પણ એથી ઉલટું જીર્ણ રોગી મનુષ્યોની ત્વચા સાધારણ રીતે સુકી અને નિષ્ક્રિય હોય છે. બીનાશવાળી ચામડીવાળા શરીરમાં નુકસાનકારક પદાર્થો બહાર કાઢી નાખવાની શક્તિ રહેલી હોય છે, પરંતુ સુકી ચામડીવાળા શરીરમાં તેવી શક્તિ નહિ હોવાથી મલીન તત્વો બહાર નીકળી જવાને બદલે શરીરમાં એકઠાં થયા કરે છે અને વ્યાધિના ભોગ થઈ પડવાને માટે શરીરને વધારે ને વધારે લાયક બનાવે છે. તમારા જોવામાં આવ્યું હશે કે ઘણાંક મનુષ્યોને વખતોવખત ધગડા ઉપર, ગળા ઉપર, અમર હાથ ઉપર ગુમડાં થઈ આવે છે. આવાં ગુમડાં થઈને ફાટતા પહેલાં તે મનુષ્યનાં શરીર જડ અને ભારે થએલાં લાગે છે અને ગુમડાં ફાટીને ખીગાડ નીકળી ગયા પછી તેનામાં સ્ફૂર્તિ અને નવું ચેતન આવેલું દેખાય છે. વધારે તપાસ કરતાં આપણને જણાય છે કે, કેટલાક દિવસ અથવા અઠવાડિયાં પહેલાં ગુમડું થવાની જગ્યા કઠણ અને રાતી થતી દેખાય છે, પછી તે કદમાં વધવા અને ઉંચી થવા લાગે છે અને ચામડીની નીચે એક કઠણ ગ્રંથિ બંધાએલી માલમ પડે છે. પછી તેમાં પીડા અને સોજો આવે છે. આસપાસની ચામડી ખેંચાય છે અને તે ભાગ હલાવતાં વેદના થાય છે. પછી તે ગુમડું ધીરે ધીરે પોચું પડવા લાગી ચામડીને ચીરીને અંદરનો ખીગાડ બહાર હડસેલાઈ આવે છે. આ બધી શરીરને નિર્ભજ કરવાની ક્રિયા જીવનશક્તિજ બળવે છે. કદાચ એવો સવાલ પુછવામાં આવે કે બધાં મનુષ્યના શરીરમાંથી વિજ્ઞાતીય પદાર્થોના મજા આવી રીતે કેમ નીકળી જતો નથી ? આપણે જોઈ ગયા તેમ પરસેવાની બાબતમાં પણ આવુંજ બને છે. એટલે કે કેટલાંક મનુષ્યોને પરસેવો થાય અને કેટલાકને નથી થતો. આ સર્વનો આધાર શરીરમાં રહેલા જીવનબળના ઓછા વધારે પ્રમાણ ઉપર રહેલો છે. જે શરીરમાં જીવનબળ મોટા પ્રમાણમાં હોય અને શરીરમાંથી મલીન પદાર્થો પૂરેપૂરી રીતે મજાત્સર્ગક અવયવો મારફતે કાઢી નાખવાનું બની શકે તેમ ન હોય ત્યારે તે શરીર વધારાના કચરાને કહાડવા માટે ગુમડાં પેદા કરે છે. પણ જ્યારે દવાઓના ઉપયોગને લીધે અથવા કુદરત વિરુદ્ધ જીવન ગુનરવાથી અથવા ખીજાં કારણથી શરીરનું જીવનબળ ઘટી ગયું હોય ત્યારે મલીન પદાર્થો સ્થળે સ્થળે એકત્ર થાય છે અને સંકોચાઈને કઠણ બને છે. તેમાં કોઈ પ્રકારની વેદના જણાતી નથી તેમજ એને પકવીને ગુમડું બનાવી ખીગાડને શરીર કહાડી નાખી શકતું નથી. આવી મલીન પદાર્થોથી ભરેલી કઠણ ગ્રંથિઓને અંગ્રેજીમાં ' નોડ્યુલ ' Nodule કહે છે. આવી ગ્રંથિઓ આપણે ઘણાં મનુષ્યોના ગળા ઉપર જોઈ શકીએ છીએ. જ્યારે જીવનબળ છેકજ ઓછું હોય છે ત્યારે આવી ગ્રંથિઓ શરીરના અંદરના ભાગમાં બંધાય છે જેને અર્ધ અથવા મસા, તેમજ વિદ્રધિ, પાઠાં અને ક્ષયની ગ્રંથિઓ એવા નામથી ઓળખવામાં આવે છે. કોઈ પણ રીતે જો આપણે શરીરનું જીવનબળ વધારીએ છીએ તો આવી ગ્રંથિઓમાં તરતજ ફેરફાર થતો આપણા જોવામાં આવે છે. પાણીના ઉપચારો ચાલતા હોય છે ત્યારે ઉપર કહ્યાં તેવાં ઘણાં ગુમડાં ફરદીને કેટલીકવાર થઈ આવતાં જોવામાં આવે છે. શરીરસુધારણાની જોગપચાર જેવી ખરી પદ્ધતિથી શરીરમાં જીવનબળનો એટલો વધારો થાય છે કે ગ્રંથિઓના રૂપમાં શરીરમાં ભરાઈ રહેલા કચરાને બહાર કાઢી

નાંખવાનું ઘણા વખતથી અધુરું રહેલું કામ શરીર પુનઃ શરૂ કરી શકે છે, અને તે અંધિ-  
ઓને પકવી ગુમડાં બનાવી તેમને ફાડી નાખે છે. આના કરતાં પણ વધારે સારા કુદરતી  
ઉપચારોવડે જીવનબળ ધણું વધારવામાં આવે તો ઉપર કહેલી અંધિઓને એમને એમ  
આગાંણી દઈ તેમાં રહેલો કચરો વગર પીડા કે અડચણે જાડા, પેસાળ, પરસેવા અને શ્વાસ  
પ્રશ્વાસ મારફત બહાર નીકળી જાય છે. ડૉક્ટર કુહને કહે છે કે વરાળના અને પાણીના  
મારાં બતાવેલાં સ્નાનો ખૂબ પ્રમાણમાં ચાલુ રાખવામાં આવે, અને તેજ વખતે મીઠું મરી  
મસાલા વગરનો સાદો ખોરાકજ ખાવામાં આવે તો ઉપર કહેલી અંધિઓમાંનો કચરો  
ગુમડાં થયા વગરજ બીજી રીતે વગર હરકતે શરીરમાંથી નીકળી જાય છે. ઉપરના વિવેચ-  
નથી આપણે જોઈ શક્યા છીએ કે ક્ષયરોગની અંધિઓ શરીરની બીજી અંધિઓની માફક  
અપકવ ગુમડાંજ છે. જુદાં જુદાં માણસોમાં આવી અંધિઓ શરીરના જુદા જુદા ભાગમાં  
પેદા થાય છે તેનું કારણ મળસંચયના સ્થાનનો ભેદ એજ છે.

સર્વ જાતની રોગી અંધિઓના અને તેવીજ રીતે ક્ષયની અંધિઓના સ્વરૂપ વિષે ખરો  
ખ્યાલ આપણને આવ્યો છે તેથી તેમના નીવારણ માટે શું કરવું તે પણ આપણે સહેલાઈથી  
સમજી શકીએ તેમ છે. કેટલાક શસ્ત્રવૈદો (સરજનો) બલામણુ કરે છે તેવી રીતે આ અંધિ-  
ઓને કાપી કાઢવાથી કંઈ લાભ નથી, કારણકે તેમ કરવાથી તે અંધિઓ બનવાનું કારણ દૂર  
થતું નથી. આવી અંધિઓને ખરી રીતે મટાડવાને માટે તો શરીરનું જીવનબળ વધારવું  
જોઈએ, કે જેથી કરીને જેવી રીતે તે અંધિઓ રચાઈ હોય તેનાથી ઉલટી ક્રિયા ચાલીને  
તેઓ અદૃશ્ય થઈ જાય અને શરીર તેમની હેરાનગતી અને બીગાડથી હમેશને માટે મુક્ત  
થઈ રહે. પરંતુ આવું શુભ પરિણામ લાવવા માટે ડૉક્ટર કુહનેએ બતાવેલા ઉપચારોનો  
ધણીવાર વર્ષો સુધી ચાલુ ઉપયોગ કરવો પડે છે.

કહોવારા કે ફરમેન્ટેશન-ઉભરાણમાં આવેલાં મલીન તત્વો હમેશાં એકજ દિશામાં  
ગતિ કરે એમ કાંઈ બનતું નથી. તેથી કરીને કેટલીકવાર ફેફસાંની ટોચ ઉપર સૌથી પ્રથમ  
વધારે નુકસાન થાય છે ત્યારે બીજા કેટલાક દાખલામાં તેવા મલીન પદાર્થોનું દબાણ ફેફ-  
સાંના મધ્ય ભાગમાં અગર તો આગળના ભાગમાં થવા પામે છે. આને લીધે દમ અથવા  
શ્વાસ, સજેખમ અને શ્વાસનળીનાં સોજનાં દરદો પેદા થાય છે. ખરી રીતે તો ક્ષયરોગીઓના  
ફેફસાંમાં હવાની આવજ થવાના માર્ગમાં થોડો વધારે સોજો પ્રકટ અથવા અપ્રકટપણે  
રજાજ કરે છે.

વિનિતીય તત્વોનો કચરો ફેફસાંમાં ધીમે ધીમે એકત્ર થયા પછી ફેફસાંના સોજા  
(ન્યુમેનીઆ) અને પ્લ્યુરીસી (ફેફસાંના આવરણ પડતું સુજવું) વગેરે તીવ્ર દરદો  
ધણીવાર પેદા થાય છે. આવાં દરદોમાં દરદીને તાવ પણ જોડે આવે છે અને ફેફસાંની  
અંદરના મળને કાઢી નાખવા શરીર રાક્ષસી પ્રયત્ન કરી રહ્યું હોય છે તે વખતે યોગ્ય પ્રકારના  
ઉપચાર નથી થતા તો દરદીનું મરણ નીપજે છે. ડૉક્ટર કુહને કહે છે કે, તીવ્ર તાવવાળાં  
આવાં દરદોમાં મારા બતાવેલા ઉપચારોનો તરતજ ઉપયોગ કરવામાં આવે તો દરદીની  
જીંદગીને લેશ માત્ર પણ જોખમ પહોંચતું નથી. મારાં બતાવેલાં શીતજળનો સ્નાનવડે  
આવા બાધિઓ બરાબર કાપુમાં આવી જાય છે અને કોઈ પણ પ્રકારના જોખમ કે બંધ  
વગર આશ્ચર્ય ઉપજે તેટલી ઝડપથી દરદી સાજો થઈ જાય છે.

આ વાતના પુરાવામાં ડૉક્ટર કુહને પોતાના અનુભવમાં આવેલા અનેક દાખલામાંથી એક નીચે પ્રમાણે વર્ણવે છે. તેઓ લખે છે કે એક વખતે ફેફસાંના સખત સોજાથી તદ્દન નિશ્વેષ થઈ પડેલી એક નવ વરસની છોકરીને તપાસવા માટે એક કુટુંબે મને બોલાવ્યો. મારા જતા પહેલાં બે મહિનાથી ક્રિયોસોટ નામની દવાના ઉપાય તે કુટુંબના ઍલોપેથીક ડૉક્ટરે કર્યા હતા અને તે દવાના ઝેરને લીધે દરદીની પચનક્રિયા ઐટલી બધી બગડી ગઈ હતી કે પોતાની છોકરીના બચવાની સર્વ આશા તે માયાપોએ મુકી દીધી હતી. છેલ્લી ઘડીએ મને બોલાવવામાં આવ્યો ત્યારે દરદીની આવી હાલત હતી. મેં દરદીનાં માતાપિતાને ચોખ્ખું કહી દીધું કે તમારા દવા આપનાર ડૉક્ટરના શબ્દો તરફ મુદ્દલ ધ્યાન નહિ આપતાં ફક્ત મારા કહેવા પ્રમાણે બરાબર ચાલશો તો તો ઘણું કરીને સુધારો હુંકા વખતમાં થશે. અને બન્યું પણ તેમજ. બીજેજ દિવસે દરદીની તબીબત સુધરતી જણાઈ અને એક અઠવાડીયામાં તો બચમાંથી તે તદ્દન મુક્ત થઈ અને તે પછી થોડાંકજ અઠવાડીયામાં તે છોકરી ઘરની બહાર તદ્દન સાજી થઈને આનંદમાં દોડવા લાગી. જો મારા ઉપચાર વ્યાધિના આરંભમાં જ વપરાયા હોત તો આવા બચંકર દરદમાં પણ બે મહિના સુધી ગંધાતા ક્રિયોસોટના અસ્વાભાવિક ઉપચારની પીડા સહન કરવાને બદલે થોડાં અઠવાડીયાંને બદલે માત્ર થોડાજ દિવસોમાં તે છોકરી સાજી થઈ શકી હોત.

ફેફસાંના સર્વ રોગોમાં ફેફસાંના ઉંડાણના ભાગમાં ઘણીજ વધારે ગરમી હોય છે. દરેક શ્વાસમાં અંદર લેવાતી હવાનું પૃથક્કરણ થાય છે. ઐટલે કે તે હવામાંનો ઓક્સીજન ફેફસાંની અંદરના લોહી સાથે મળી જાય છે અને બાકી રહેલો નાઇટ્રોજન વાયુ લોહીમાંના કાર્બોનીક એસીડ ગેસ જેવા મલીન તત્વો સાથે મળીને બહાર નીકળી જાય છે. કારબન હાઇડ્રોજનવાળા મલિન પદાર્થો સાથે ઓક્સીજન મળવાથી “ઓક્સીડેશન” નામની જે ક્રિયા થાય છે તે ક્રિયા વખતે હમેશાં ગરમી પેદા થાય છે, એ વાત રસાયનશાસ્ત્રના સર્વ અભ્યાસીઓને જાણીતી છે. મલિન પદાર્થોનો સંચય ફેફસાંમાં જેમ વધુ પ્રમાણમાં હોય છે તેમ ફેફસાંમાં વધારે ને વધારે ગરમી પેદા થવાનો સંભવ રહે છે.

અગાઉ સમજાવવામાં આવ્યું છે કે વિનતીય પદાર્થોનો કચરો શરીરમાં કહેવા લાગે છે ત્યારે જ જંતુઓ ત્યાં પેદા થઈને વધી શકે છે અને રોગના તેવા સૂક્ષ્મ જંતુઓને પેદા થવા તથા વધવા માટે પોતપોતાની જાત પ્રમાણે અમુક હદ સુધીની ગરમીની ખાસ જરૂર રહે છે. આ નિયમ ક્ષયના જંતુઓને પણ લાગુ પડે છે. દવા વાપરનારા ડૉક્ટરો પણ આ વાત જાણે છે પરંતુ પોતાના તેવા જ્ઞાનનો સહઉપયોગ કરતાં તેમને આવડતું નથી. તેથી કુદરતી ઉપાયોવડે ફેફસાંની અંદરની ગરમી ઓછી કરવાને બદલે જંતુઓને મારી નાખવા માટે ઝેરી દવાઓનો તેઓ ઉપયોગ કરે છે. પરંતુ તેવી દવાઓવડે જંતુઓ મરતા પહેલાં દરદીજ બીચારો મરી જાય છે.

દરેક રોગના કારણ તરીકે કોઈ એક જાતના સૂક્ષ્મ જંતુને બતાવવાનો પ્રયત્ન હાલના ડૉક્ટરો કરે છે પરંતુ તેઓ તેમ કરતી વખતે દુનીઆનો એક સાધારણ નિયમ ભૂલી જતા જણાય છે કે, જુદા જુદા દેશમાં થતા એકજ નામના છોડવાની જાતમાં તફાવત હોય છે, અને જુદા જુદા દેશમાં વસતા એકજ જાતના પક્ષિનાં પીછાંમાં ફેર હોય છે તેજ પ્રમાણે સર્વ સૂક્ષ્મ જંતુઓનાં કદ અને આકારનો આધાર ગરમી ઉપર રહેલો છે.



ઉપર દર્શાવેલા મારા વિચારો જે બરાબર સમજ્યા હશે તેઓ તો ક્ષય જેવા વ્યાધિઓ શી રીતે મટાડવા તે સહેલાઈથી જાણી શકશે. પ્રથમ તો શરીરની અંદરની અસ્વાભાવિક પ્રમાણમાં વધી ગયેલી ગરમી ઓછી કરી દેવી જોઈએ, અને તેજ વખતે જીવનબળ વધારવું જોઈએ, કે જેથી કરીને રોગ જે રીતે વધ્યો હોય તેજ રસ્તે પાછો વળીને જતો રહે. આ હેતુ પાર પાડવા માટે ખાનપાન સંબંધીના અને ખીજા નિયમો પાળવા ઉપરાંત મારા બતાવેલા સ્નાન વગેરેના ઉપાયો કરવાની પણ અનિવાર્ય આવશ્યકતા છે. ખરી મહેનત તો મારાં બતાવેલાં સ્નાન એક પછી એક લાગુ રાખવામાં પડે છે. ક્ષયરોગીના શરીરમાં વધી ગયેલી ગરમી ઓછી કરવામાં ઘણો વખત લાગે છે. અને તેથી દરેક દરદીની શારીરિક સ્થિતિનો વિચાર કરી દરેક સ્નાન એક પછી એક કેટલા વખતે અને કેટલો વખત લેવું એ નક્કી કરવું પડે છે, એટલુંજ નહિ પણ તેવાં સ્નાન કેટલાં અડવાડીયાં કે મહિના સુધી લેવાનું ચાલું રાખવું તે ચોક્કસ રીતે નક્કી કરવાની જરૂર રહે છે. આ બાબતનું જ્ઞાન તો ડૉક્ટર કુહનેના ઉપચારો સંબંધીનો લાંબા વખતનો જાતિ અનુભવ જેને હોય તેની પાસેથીજ શીખી શકાય છે. ઉપર કહ્યા તેવા ઉપચાર ઉપરાંત દરદીને લગભગ બધો વખત ખુદલી અને પ્રકાશવાળી હવાવાળા સ્થાનમાં રાખવાની જરૂર છે. આ બાબત વ્યાધિ મટાડવામાં અતિશય ઉપયોગની છે, અને તેથી તે વિષે મુદ્દલ દુર્લેક્ષ થવું જોઈએ નહિ. આગળના પ્રકરણમાં જણાવેલી રીતે સૂર્યના તડકાનાં સ્નાન લેવાથી પણ ક્ષયના દરદીઓને ઘણુંજ લાભ થાય છે.

“ ટ્યુબર ક્યુલીન ” અથવા તો એવી કોઈ પણ દવાને પીચકારી વડે લોહીમાં દાખલ કરવાની રીતને ડૉક્ટર કુહને સખ્ત શબ્દોમાં ધિક્કારી કાઢે છે. આવા ઉપાય કરવાથી અકસ્મીરતા અથવા તેનાથી દેખાતા કાયદા વિષે ડૉક્ટર કુહને આ પ્રમાણે લખે છે:—“ ક્ષયના દરદીઓના લોહીમાં પીચકારી વડે જે ગંદી અને ઝેરી દવાઓ દાખલ કરવામાં આવે છે, તે અમુક સંજોગો વચ્ચે દરદીના શરીરમાં રહેલા વિજ્ઞાતીય પદાર્થોની ઉપર અસર, પલાળેલા લોટના જથ્થા ઉપર ખમીરની જેવી અસર થાય છે, તેવીજ જાતની હોય છે. ” આને લીધે દરદીના શરીરમાંના વિજ્ઞાતીય પદાર્થોની કહોવાણુની મૂળ સ્થિતિમાં ફેરફાર થાય છે. અને વતો ફેરફારની સાથે શરીરની અંદરની ગરમીમાં પણ ફેરફાર થાય છે. આમ થવાથી મૂળની ગરમીએ વધી શકે તેવી જાતના ક્ષયના જંતુઓનું સ્વરૂપાન્તર થવા લાગે છે, અને તે થઈ રહે ત્યાં સુધી દરદીને લાભ થએલો દેખાય છે. પરંતુ જંતુઓની હયાતી અને વૃદ્ધિનું મૂળ કારણ જે શરીરમાંના વિજ્ઞાતીય પદાર્થોનો કચરો તે તો શરીરમાં કાયમ રહે છે એટલુંજ નહિ પણ દવાઓના ઉપયોગને લઈને ઉલટો વધે છે. આ રીતે કોઈ પણ જાતની રસી મુકવાની અથવા તો પીચકારી વડે શરીરમાં દવા દાખલ કરવાની રીત એક ખોટો ઉપાય છે. અને તેનાં માઠાં પરિણામ મોટાં યા વહેલાં દરદીની તખ્ખીયત ઉપર જણાયા વિના રહેતાં નથી. આ કારણથી ટ્યુબર ક્યુલીન ઇનોક્યુલેશન પછી થોડા વખત સુધી જણાતા કાયદા અને આનંદનો થોડા મહિના પછી કેવળ નાશ થઈને તીવ્ર નિરાશા અને ગંભીર વ્યાધિનાં દર્શન થાય છે. હવે તો સર્વે સુધરેલા દેશના મહાન બુદ્ધિમાન ડૉક્ટરો ઇનોક્યુલેશનના ઉપચારને ધિક્કારી કાઢવા લાગ્યા છે. આ સંબંધમાં ડૉક્ટર કુહને પણ લખે છે કે, “ મોટામાં મોટું જાટવૈદ જે ફ્રેન્સ-આમાં હોય તો તે ઇનોક્યુલેશનની પદ્ધતિ છે. ” ( “ Vaccination or inoculation of any kind, is the greatest quackery which there is ” ).

વધી ગએલા ક્ષયરોગને ખરેખર મટાડવા માટે તો ડોક્ટર કુહનેના ઉપચારો વર્ષો સુધી સંભાળપૂર્વક ચાલુ રાખવા જોઈએ. અને તેમ છતાં પણ ક્ષયરોગની છેલ્લી સ્થિતિમાં આવી ગએલા દરદીઓને મટાડવાનું અતિશય મુશ્કેલ કે અશક્ય પણ થઈ પડે તે બનવા જોગ છે. તોપણ ગમે તેવી સ્થિતિમાં ડોક્ટર કુહનેના ઉપચારથી દરદીનું દુઃખ થોડું ઘણું ઓછું થયા વગર રહેતું નથી. ક્ષયના દરદીના સાબ થવાનો મુખ્ય આધાર તેનામાં રહેલા જીવનબળ ઉપર છે, એટલે કે પચનક્રિયા અને શરીરની પોષણક્રિયા સુધરવા ઉપર રહેલો છે. જો આપણે દરદીના શરીરની પોષણક્રિયા જાળુને માટે સુધારી શકીએ અને તેને કુદરતી સ્થિતિમાં લાવી શકીએ તો આપણને આશ્ચર્ય ઉપજે તેટલા ટુંકા વખતમાં દરદી સુધરવા લાગે છે. પરંતુ જો આપણે તેમ કરી ન શકીએ તો દરદીને બચાવવાનું કામ અશક્ય થઈ પડે છે. ક્ષય રોગીઓ સંબંધીના પોતાના બહોળા અનુભવના આધારે ડોક્ટર કુહને લખે છે કે, મારી સારવાર નીચે રહેલા ઘણા ક્ષયના દરદીઓ માની પણ ન શકાય તેટલા થોડા વખતમાં સાબ થઈ ગયા હતા, કારણ કે તેમના શરીરની પોષણક્રિયા જલદી સુધરી શકે તેવી હતી. તેથી ઉલટું જો દરદીઓનાં ફેફસાંમાં સડનાં ટ્યુબરકલ કે ગાંઠો હતી, તેવા દરદીઓની તેવી ગાંઠો સાફ કરવામાં વર્ષો જેટલી મુદત લાગી હતી અને દરેક ગાંઠ વેરાતી વખતે દરદીની સ્થિતિ જો કે ગંભીર થતી નહિ તો પણ તેને ઘણી પીડાતો સહન કરવી પડતી. મારા ઉપચારો વડે શરીરની અંદરની ગરમી મરજી મુજબ રાખી શકાય છે. અને તેથી કરીને કુશળતાપૂર્વક કામ લેવામાં આવે તો શરીરમાંના વિજાતીય પદાર્થોનો કચરો જેવી રીતે એકઠો થવા પામ્યો હોય તેવીજ રીતે પાછો શરીરમાંથી બહાર કઢાડી શકાય છે.

જો શરીરમાં શક્તિ હોય તો ફેફસાં અને પેટમાંના મળને કઢાડી નાખવાનો સારામાં સારો ઉપાય ધર્ષણ સાથેનું ઉપસ્થમાર્જન નામનું સ્નાન છે. બાળ અથવા વરાળના સ્નાન અને ઉનાળાની ઋતુમાં વરાળને બદલે સૂર્યના તાપના સ્નાનથી પણ ઘણો લાભ થવાનો સંભવ છે. ખાનપાનની બાબતમાં પુરતી સંભાળ લેવાની અને તાજ અને ચોખ્ખી હવા દરદીને રાત દિવસ મળ્યા કરે તેવી કાળજી રાખવાની અનિવાર્ય અગત્ય છે.

જો દરદીઓનો રોગ ઘણોજ વધી ગયો હોય તેમને માટે ઉપર કહ્યાં તેવા પ્રકારનાં સ્નાન બહુ સખત પડે છે માટે તેમને વાસ્તે સાદાં કટિસ્નાન જેવા મૃદુ ઉપચારો કરવાની ભલામણ આપી શકાય. પાણીની ટેમ્પરેચર આશરે ૮૨ થી ૮૬ ફેરનહીટ સુધી રાખવી અને સ્નાન વખતે પાણી છેક ખભા સુધી આવવું જોઈએ. શરૂઆતમાં દરદીને આ સ્નાન ફક્ત પાંચજ મિનિટ સુધી લેવરાવવું, અને પાછળથી દરદીથી સહન થાય તેમ તેમ તેનો વખત વધારતા જવું. આવું સ્નાન દરદીને ઘણીક વાર કરાવવું. આ રીતે ઉપચાર ચાલુ રાખતાં જ્યારે દરદીના શરીરમાં પુરતી શક્તિ આવે ત્યારે તેને ધર્ષણ સાથેનું ઉપસ્થમાર્જન સ્નાન લેવરાવી શકાય. કેટલીક વાર એવું પણ બને કે શરીરમાંથી રોગને તદ્દન કાઢી નાખવા જેટલું જીવનબળ શરીરમાં હોય નહિ પરંતુ તેવા દાખલામાં એ ઉપર કહેલા સ્નાન વડે દરદીનું દુઃખ ઓછું કરી શકાય છે, એ વાતમાં તો કાંઈજ શક નથી. જ્યારે જ્યારે દરદીના શરીરની પોષણક્રિયા સુધરી શકે તેવી હોય ત્યારે ત્યારે તો દરદીનું દરદ નિર્મૂળ થવાની સારી આશા રાખી શકાય.

ડૉ. કુહને પોતાના અનુભવના કેટલાક દાખલા નીચે પ્રમાણે વર્ણવે છે.

**શ્વાસ અથવા દમ-એક** પાંસઠ વર્ષની ડોશી દમના વ્યાધિથી પિડાતી હતી. તેને ડોક્ટરો કીથોસોટની ગોળીઓ અને બીજાં પાઉડરો આપીને થાક્યા હતા, એટલુંજ નહિ પણ તેવા ઉપાયથી તેનું આખું શરીર અને ખાસ કરીને તેની પચનક્રિયા તદ્દન ખરાબ થઇ ગઈ હતી. તેથી છેવટે દમના એટલા બધા વધી ગએલા વ્યાધિનો બીજો કોઈ ઉપાય ન જડવાથી દક્ષિણ તરફના સુકી હવાવાળા પ્રદેશમાં જવાની તેને સલાહ આપવામાં આવી. શ્વાસ લેવામાં દરદીને એટલી બધી અડચણ પડતી હતી કે તેનાથી એકી વખતે દસ ડંગલાં પણ ચાલી શકાતું નહોતું. દવાઓના ઉપચારનો જેને અનુભવ છે તેઓ સર્વ તો જાણે છે કે દરદીને હવાફેર માટે જવા સલાહ આપવી તે એવું કહેવાની બરાબર છે કે:- “તમારે માટે કંઈ થઇ શકે તેમ નથી. અમે તો તમારા સાજા થવાની આશા છોડી દીધી છે છતાં કુદરત માતા તમારી મદદે આવી શકે અને તમને બચાવી શકે તો તેમ કરી જુઓ.” આવેજ અર્થ પોતાને મળેલી સલાહનો ડોશી પણ સમજી અને તેથી પોતાની એક સહીપણીની સલાહથી મારા ખતાવેલા જોગોપચાર કરવા લાગી અને પોતાના જુના ડોક્ટરને કહ્યું કે: હવાફેર માટે કોઈ અજાણ્યા દેશમાં જઈ ત્યાં મરી જવાને બદલે પાણીના ઉપચાર કરતાં ઘર આગળ કદી મોત આવે તોપણ મને પસંદ છે. બેજ અને ધુમ-સવાળી ખરાબ હવા જે વખતે હોય છે તેવી ઋતુમાં એટલે કે ડીસેમ્બર મહિનાના આરંભમાં તે મારી સારવાર નીચે આવી. વિજ્ઞાતીય પદાર્થો તેના શરીરમાં ઉંચે ચઢવાનું બહુ દબાણ કરી રહ્યા હતા. ડોશીએ મહારા કહેવા પ્રમાણે બરાબર રીતે ઉપાયો શરૂ કર્યા અને તેથી થોડાજ વખતમાં મલિનતત્વોનું ઉપર જવાનું દબાણ ઓછું થવા લાગ્યું; અને તેની પચનક્રિયા બહુ સંતોષકારક રીતે સુધરી ગઇ. પરંતુ આ અને પેસાળની મારફત શરીરમાંનાં મલિનતત્વો મોટા પ્રમાણમાં નીકળી જવા લાગ્યાં. મારી સલાહ પ્રમાણે દરદી શીતળ જળનાં સ્નાન દરરોજ લેવા લાગી અને ઘણી વાર વરાળનાં સ્નાન પણ લેતી હતી. આ રીતે થોડાક મહિનામાં રોગના પાછા હઠવાની ક્રિયા પુરી થઇ રહી. અગાઉ રોગ જેમ જેમ વધતો ગયો હતો તેમ તેમ જે ચિન્હો જણાયાં હતાં તેજ ચિન્હો ઉલટા અનુક્રમે મારી સારવાર નીચે ફરીથી દેખાયાં. પરંતુ રોગે પોતાનું પૂર્ણ સ્વરૂપ પ્રકટ કરવામાં જેટલો વખત લીધો હતો તેના કરતાં બારગણી ઝડપે તે અદૃશ્ય થઇ ગયો. અર્થાત્ જે મલિન પદાર્થોને શરીરમાં એકત્ર થતાં બાર મહિના જેટલી મુદત લાગી હતી તે મલિનતત્વો મારા ઉપચારને લીધે માત્ર એકજ મહિનામાં શરીરમાંથી નીકળી જવા લાગ્યાં અને એ રીતે તે ડોશીનું દમનું દરદ ત્રણ મહિનાની મુદતમાં કેવળ મટી ગયું.

આ સ્થળે દમનો એક બીજો કેસ ડોક્ટર કુહનેના અનુભવનો લખવા જેવો છે. સાઠ વર્ષના એક ગૃહસ્થને ઘણાં વર્ષથી શ્વાસ અથવા દમનો સખત મરજ લાગુ પડ્યો હતો અને તે મટવાની સર્વ આશા મૂકી દીધી હતી. વર્ષો સુધી દરદીએ જે દવાઓ વાપરી હતી તેને લીધે તેના શરીરની હાલત ઘણી નબળી થઇ ગઇ હતી. શરૂઆતમાં થોડાં સ્નાન લીધાં એટલામાં તો તેને આરામ જણાવા લાગ્યો, પરંતુ તે આરામ બહુધા સ્નાન લેતી વખતે અથવા તો તે લીધા પછી થોડા વખત સુધી જણાતો હોવાથી દરદીએ લાલચમાં પડીને ડોક્ટર કુહનેએ ખતાવ્યું હતું તેના કરતાં ઘણી વધારે વાર તે સ્નાન લેવા માંડ્યાં. રાત્રે પણ બહુ દમ અને ઉધરસ ચઢવાથી ઘણી ગભરામણ થાય ત્યારે આ દરદી બારંબાર

સ્નાન લેતો હતો. અર્ધો કલાક આ રીતે સ્નાન લીધા પછી ઝોછામાં ઝોછી એક કલાક સુધી તેને શાંતિ આવતી હતી. પણ પાછળથી તાવનું જોર વધતાં ઉધરસ એટલી બધી હેરાનગતી આપતી કે ઉંઘવાનું કેવળ અશક્ય થઇ પડતું. દરેક સ્નાન લેતી વખતે દરદીના શરીરમાં જીવનબળ એટલું વધતું કે કહોતો ગંધાતો બહુ મલિન કચરો બલગમ કે મળકા રૂપે ઉધરસ સાથે તે કહાડી નાખી શકતો હતો; અને તેમ થયા પછી દરદીને શાંતિ વળતી અને દમ બેસી જતો. મહિનાઓ સુધી આ ઉપચારો ચાલુ રહ્યા તેમ તેમ દિવસે દિવસે દરદી વધારે તાકાતવાન અને ચંચળ અને ચાલાક થતો ગયો. આ રીતે એક વર્ષ કરતાં પણ જરા વધારે મુદત સુધી આ ઉપચારો ચાલુ રાખવાથી તેનું દરદ મટી ગયું એટલું જ નહિ પણ બીજી બાબતોમાં પણ તેની તબીબત એટલી બધી સુધરી ગઇ કે ઉપચારો શરૂ કરતાં પૂર્વે તેનું આખું માથું ટાલ પડવાથી બોડું થઇ ગયું હતું તેના ઉપર ફરીથી વાળ ઉગવાથી મિત્રો અને ઝોળખીતાઓને ધણું આશ્ચર્ય નીપજવા લાગ્યું.

**ગંભીર પ્રકારનો વધી ગએલો ક્ષય**—ડૉક્ટર કુહને લખે છે કે બહુ ગંભીર પ્રકારના ક્ષયથી પીડાતી ૪૦ વર્ષની વયની એક સ્ત્રી મારી પાસે ઉપચાર કરાવવા આવી. લગભગ બધો વખત તે મ્હોડેથીજ શ્વાસ લેતી મુકતી હતી. અને ખાસ કરીને રાત્રે ઉંઘમાં તે શ્વસનક્રિયા માટે નાકનો મુદ્દલ ઉપયોગ કરતી નહોતી. તેની મા પણ ૪૫ વર્ષની ઉંમરે ક્ષયરોગથી મરી ગઈ હતી, અને તેથી ક્ષયરોગ તરફનું વલણ તેનાં છોકરાંને પણ વારસામાં મળ્યું હતું. દરદી તરીકે મારે ત્યાં આવનાર બાઇ તેમજ તેના બાઇઓ અને બહેનો જ્યારે નાનાં હતાં ત્યારે કંઠમાળાના દરદથી બહુ પીડાતાં હતાં. વીશ વર્ષની ઉંમરે આ બાઇનો ચહેરો બહુ ભરાએલો અને ગોળ દેખાતો હતો, અને તેના ગાલ ઉપર અસ્વાભાવિક અને રોગનું ભાન કરાવે તેવી સુરખી દેખાતી હતી, અને શીઆળામાં તે રંગ બદલાઇને તદ્દન આસમાની જણાતો હતો. તે ૩૦ વર્ષની થઇ તે પહેલાં તેના શરીરમાંની ચરખી ધીરે ધીરે જતી રહી અને તેના ગાલનો રંગ અને આખા શરીરની સામાન્ય હાલત પણ વધારે સ્વાભાવિક બની, પરંતુ ૪૦ વર્ષની લગભગમાં ક્ષયરોગ તરફનું વલણ વધારે અને વધારે જણાવા લાગ્યું, પચનક્રિયા અનિયમિત થવા લાગી, બંધકોષ અને ઝાડો વારાફરતી જણાવા લાગ્યા, અને ઝાડા પેસાબ તથા પ્રસ્વેદ વગેરેના ગંધ અને રંગ ઉપરથી શરીરની પાચક અને રસોત્પાદક ક્રિયાઓ બહુજ બગડી ગયાનું ચોખ્ખી રીતે જોઇ શકાતું હતું. વારે ધડીએ માથામાં અને દાંતમાં તેને દુઃખાવો થતો એટલુંજ નહીં પણ છાતીમાં અને ખભામાં પણ તેને શૂળ અને ચસકા થવા લાગ્યા. ફેફસાંના ખવાવાની ક્રિયા જ્યારે ચાલતી હોય છે, તે વખતે જ આવા ચસકા અને શૂળ થાય છે. પરંતુ જ્યારે ફેફસાંના ભાગ પુરેપુરા ખવાઇ રહે છે એટલે આવાં શૂળ અને ચસકા જણાતાં બંધ પડે છે. વળી આ દરદીને ઋતુસ્વાવ પણ બહુ અનિયમિત રીતે અને પીડા થઇને આવતો હતો અને ધણી વાર મહિનાઓ સુધી તદ્દન બંધ થઇ જઇ પછી પાછો બહુજ થોડી થોડી મુદતે જણાતો હતો. આ બધાની સાથે આખા શરીરમાં ભાર થાક તેમજ મનમાં અસંતોષ અને ચિંતા રહ્યા કરતાં હતાં. આટલું છતાં મુખપરીક્ષાશાસ્ત્રથી અબજ મનુષ્યો તે આ બાઇને આરોગ્યના અવતાર રૂપ ગણી લે તેવી દેખાતી હતી. ઉપચાર શરૂ કરતી વખતની આ બાઇની અજ્ઞાન મનુષ્યોને ભૂલાવામાં નાખનારી સ્થિતિ વિષે ડૉક્ટર કુહને અંગ્રેજીમાં આ પ્રમાણે લખે છે.

“ A fine ruddy complexion and a full figure deceived the un-

initiated as to the really dangerous state of this patient. Anyone unacquainted with my Science of Facial Expression would have considered this woman, when she began my treatment, a picture of perfect health.” પરંતુ મારા ઉપચાર શરૂ કરતી વખતે આ બાઇ પોતે તો પોતાની ગંભીર સ્થિતિ બરાબર જાણતી હતી. આ દરદીને ઠંડા પાણીનાં બાષ્પસ્નાન, શરીરને મુદ્દલ ઉશ્કેરે નહિ તેવો સાદો ખોરાક, અને ખુદ્દલી હવામાં બને તેટલો લાંબો વખત રહેવું, તેવી જાતના ઉપાય કરવાની મેં બલામણુ કરી. તે પ્રમાણે બરાબર ચાલવાથી છ મહિનાની અંદર તેની તબીબીયત સામાન્ય રીતે એટલી સુધરી ગઇ કે દાદર ઉપર ઝડપથી ચઢવામાં અને ઘણું ચાલવામાં અગાઉની માફક તેને મુદ્દલ પરિશ્રમ જણાતો નહિ જ્યારે અગાઉ તો તેમ કરવા જતાં તે તદ્દન થાકીને લોથ થઇ જતી હતી. પચન અને પોષણ ક્રિયા બહુ સંતોષકારક બની હતી અને સ્વભાવ સંતોષી અને સુખી બન્યો હતો, તથા શિરોવેદના તો તદ્દન અદ્રશ્ય થઇ ગઇ હતી. આ ઉપરથી ચોખ્ખું દેખાતું હતું કે વિજ્ઞાતીય પદાર્થો ઉપર ચઢતાં બંધ થઇ પેટ તરફ પાછા વળવા લાગ્યા હતા. આ પ્રકારની પહેલા વર્ષની સારવાર દરમિયાન ફેફસાંની અંદરનાં ટ્યુબરકલ વેરાતી વખતે સખત માંદગી બે વખત થઇ આવી હતી. આ માંદગીઓ જે બેથી ત્રણ અઠવાડીયાં સુધી ચાલુ રહી હતી તે વખતે દરદીને વારંવાર બહુ નબળાઈ જણાતી હતી. પરંતુ તેના શરીરની દીર્ઘકાળની મહાપૂર્ણ સ્થિતિનો વિચાર કરતાં આવા ક્ષણિક દુઃખપ્રદ “વ્યાધિહર પરિવર્તન મુદ્દત” જેને ઇંગ્રેજીમાં “ક્યુરેટિવ ક્રાઈસિસ” (Curative Crisis) કહે છે તે, આવે એમાં આશ્ચર્ય સરખું કાંઇજ નથી.

બીજા વર્ષમાં પણ ઉપર પ્રમાણે ઉપાય ચાલુ રાખવાથી દરદીની સ્થિતિ સ્પષ્ટ રીતે ધણી સુધરતી ચાલી. આ વર્ષમાં પણ ઉપર કહી તેવી “ક્રાઈસિસ” બે વખત આવી પરંતુ તે પછી તે બાઈનું દરદ હંમેશાંને માટે જતું રહ્યું. અને બધી મળીને બે વર્ષની મુદતમાં તે તદ્દન સાજા થઇ ગઇ.

**ક્ષયરોગ:**—બીજો પણ જાણવા જેવો એક કેસ ડૉક્ટર કુહને લખે છે. આશરે ૪૦ વર્ષની ઉંમરનો એક ગૃહસ્થ ધણા પ્રખ્યાત ડૉક્ટરોના અભિપ્રાય પ્રમાણે ક્ષયરોગથી પીડાતો હતો; અને તેથી જાણીને માટે ઇટાલી દેશના દક્ષિણમાં જઇને રહેવાની તેને સલાહ આપવામાં આવી હતી. ડૉક્ટર કુહનેએ આ દરદીને પોતાના મુખપરીક્ષાશાસ્ત્રને આધારે તપાસ્યો તો જણાવ્યું કે તેનું દરદ ધણું વર્ષોનું જીર્ણ રૂપનું હતું. તેથી કરીને દક્ષિણ ઇટાલીની ગરમ આબોહવામાં રહેવા છતાં પણ એક વર્ષ કરતાં તેનું આયુષ્ય વધારે લંબાઇ શક્યું ના હોત. મેં મારા ઉપચાર શરૂ કર્યા. માત્ર ચાર અઠવાડીયાં ઉપચાર ચાલ્યા પછી અને તેની તંદુરસ્તી મક્કમપણે સુધરતી જતી હતી તેવામાં, આંતરડાં અને મૂત્રાશાયમાં શ્લેષ્મ વિકાર થઈ આવ્યો. આજ પ્રકારનું દરદ આ દરદીને નવ વર્ષ ઉપર થયું હતું અને તેનાથી તેણે બહુ લાંબો વખત પીડા સહન કરી હતી, અને તે પછી દવાઓની મદદ વડે તેને શરીરમાં દબાવી દેવામાં આવ્યું હતું. આ વખતે થએલો શ્લેષ્મવિકાર બહુ જોરમાં નહતો અને એક પખવાડીઆમાંજ તદ્દન મટી ગયો. મારા ઉપચારોથી શરીરમાં જીવન બળ વધતાં અગાઉ દવાઓ વડે દબાવી દીધેલા બીજા પણ જીર્ણ રોગો બહાર નીકળી આવ્યા. દાખલા તરીકે ૨૦ થી ૩૦ વર્ષની વયમાં આ દરદીને પ્રમેહનું દરદ વારે ધડીએ થઇ આવ્યું હતું.



અને દવાઓના અને રસીઓનાં ઈન્જેક્શન મારી દરેક વખતે દવાવી દેવામાં આવ્યું હતું, તે દરેકે પણ ફરીથી દેખાવ દીધો. એક પખવાડીઆમાં આ દરદ પણ દરદીને છેલ્લી સલામ કરીને આણું ગયું. ફેફસાંનો વ્યાધિ પણ આટલા વખતમાં તો તદન મટી ગયા જેવો જણાતો હતો છતાં મારી સલાહ પ્રમાણે ઉપચારો દરદીએ ચાલુ રાખ્યા અને એકંદર દોઢ વર્ષની મુદતમાં તે તદન સાજો થઈ ગયો.

**હાડકાંમાં ક્ષય અને સડો:—**ડોક્ટર કુહને લખે છે કે આવા દરદથી પીડાતાં ઘણાં દરદીઓને મારા ઉપચારોથી બહુ લાભ મળ્યો છે. આવા લગભગ સર્વ દાખલામાં તે દરદીઓને નાનપણમાં અસ્થિકૌટિલ્ય ( Rickets ) નું દરદ હતું, એટલે જે બાળકોનાં હાડકાં નાનપણમાં બહુ પોચાં અને વળી ગએલાં હોય છે, તેઓને આગળ જતાં હાડકાંનો ક્ષયરોગ કે સડો લાગુ પડે છે. આવા દરદીઓનાં હાડકાં બાળપણથીજ રોગી અને જલદી બાગી જાય તેવાં હોય છે, અને તેની ખાત્રી સહેલાઈથી થઈ શકે છે. જુવાનીમાં અગર તો તેના આરંભ પૂર્વે પણ હાડકાં સડવાની શરૂઆત થાય છે. એટલે પગનાં અથવા હાથનાં હાડકાં એક વાદળીની માફક કુલીને અંદર પર થવા લાગે છે, અને તેજ વખતે સાંધાઓ પણ કુલી જાય છે. ડોક્ટર કુહને કહે છે કે, મારી પાસે આવેલા આવા દરદવાળા દરદીઓમાંથી કેટલાકના હાથ કે પગ સર્જનોએ કાપી નાખ્યા હતા અને મારી પાસે ઉપચાર કરવા આવનારા દરદીઓમાંથી મોટા ભાગના વ્યાધિ અસાધ્ય છે એમ ડોક્ટરોએ જાહેર કરેલું હતું. મારી પદ્ધતિ પ્રમાણે ઉપાય કરવાથી તરતજ વ્યાધિએ પાછા હટવા માંડ્યું હતું. પરંતુ એક વાર કાપી નાંખેલા અવયવો દરદીઓને ખીચારાને પાછા મળી શકે નહિ. ડોક્ટર કુહનેતો એવો સ્પષ્ટ અભિપ્રાય છે કે, કોઈ પણ વ્યાધિમાં ઉપાય કરવાને બદલે રોગી અવયવને કાપી નાખવો એના જેવું અયોગ્ય આચરણ ખીજું કોઈ પણ હોઈ શકે નહિ. ડોક્ટર કુહને વધારેમાં જણાવે છે કે, આવા કુદરત વિરૂદ્ધના કાર્યથી એક પણ દરદ ખરી રીતે કદી મટ્યું નથી તેમજ રોગનું કારણ કદી દૂર થઈ શક્યું નથી. જે માગે વ્યાધિ થવા પામ્યો હોય તેજ માગે તેને પાછો હઠાવતે હઠાવતે, છેવટે શરીરમાં તદન નાબુદ કરવામાં આવે નહિ ત્યાં સુધી તે ખરી રીતે મટ્યો ગણાય નહિ.

એક છોકરો જેના બન્ને પગના નળા ( ટીચણથી પગની ધુટી સુધીનાં હાડકાં )માંથી ધારાં પડી પર વહેતું હતું તે છોકરો ડોક્ટર કુહને પાસે ઉપાય કરાવવા ગયો. બીજા ડોક્ટરોએ તો બન્ને પગ કપાવી નાખવાની સલાહ આપી હતી, જેથી નિરાશ થઈને દરદીનાં માથાપે તેને ડોક્ટર કુહને પાસે આણ્યો હતો. ઠંડા પાણીનાં સ્નાન અને શરીરને મુદ્દલ ઉશ્કેરે નહિ તેવા મરી મસાલા વિનાના અનાજનો સાદો ખોરાક ઇલાદિ ઉપચારો શરૂ કરવાથી એક મહિનાની અંદરજ પગ ઉપરનાં આઠ આઠ તસુ લાંબાં ચાંદાં પડી હાડકાં બહાર દેખાતાં હતાં તે ચાંદાં, રૂઝવા માંડી સારી ચામડી અંદરની બાજુથી હાડકાં ઉપર ઢંકાઈને ધા અંદરથી બહાર પુરાતા આવ્યા. બે જગાએ નાનાં ભીંગડાં સિવાય બાકીનો બધો ભાગ રૂઝાઈને છ મહિનાની મુદતમાં તદન સારો થઈ ગયો. અને ઉપર કહેલા ઉપાય ચાલુ રાખવાથી બાકીના બે મહિનામાં પેલાં બે ભીંગડાં પણ તદન અદ્રશ્ય થઈ ગયાં. તે ઉપરાંત બાળકનું સામાન્ય આરોગ્ય પણ અતિશય સુધરવાથી તેની દીલગીરી ભરેલી મુખમુદ્રાને બદલે તે ખરેખર આનંદી છોકરો બની ગયો હતો.

એક બીજા દાખલામાં દશ વર્ષના છોકરાને ટીચણના હાડકાંને ક્ષયરોગ લાગુ પડ્યો

હતો જેને પણ કાપ્યા વગર ચાલે તેમ નહોતું. આ દરદીને મટાડવા માટે લાગલાગટ નવ મહિના સુધી ડોક્ટર કુહનેના પાણીના ઉપચારો કરવામાં આવ્યા, ત્યારે છેવટે ઠીંચણ આગળ એકઠાં થએલાં મલિનતત્વો વ્યાધિના મૂળ સ્થાને એટલે કે પેદુ તરફ પાછાં ખેંચી શકાયાં અને તે પછી નંધના છેક ઉપરના ભાગ ઉપર છિદ્ર પડી તેમાંથી વિજ્ઞતીય પદાર્થોના મલિન કચરો ત્રણ મહિના સુધી વગર અટકાવે વહ્યા કર્યો. તે પછી વળી બીજા ત્રણ મહિના સુધી તેજ ઉપાયો ચાલુ રાખ્યા ત્યારે બીજા છોકરાની માફક કેવળ તંદુરસ્ત બની આ દરદી હરતો ફરતો અને દોડતો થયો.

**લ્યુપસ (Lupus)**—બીજા વ્યાધિઓની માફક આ અસાધ્ય દરદથી પીડાતા અસંખ્ય દરદીઓને એના એજ ઉપાયોથી ડોક્ટર કુહને સાજ કરી શક્યા હતા તે વાત સર્વ વ્યાધિઓનું ખરું સ્વરૂપ એકજ પ્રકારનું હોવાના સિદ્ધાંતનો સબળ પુરાવો પુરો પાડે છે. સર્વ કોઈને જાણવા જેવો લ્યુપસ નામના દરદોનો એક દાખલો ડોક્ટર કુહને નીચે પ્રમાણે વર્ણવે છે. એકતાલીશ વર્ષની એક સ્ત્રીને આ દરદ હતું. આ દરદી પોતે એક વર્ષનું બાળક હતી ત્યાં સુધી તેને કોઈ પણ જાતનો વ્યાધિ નહોતો. તે પછી તેને બે વર્ષની ઉંમરે બળીઆ ટાંકવામાં આવ્યા અને તેજ દિવસથી તેના દુઃખનો આરંભ થયો. શીતળાની રસી મુકાવ્યા પછી ચામડીનું એક હડીલું અને ગંભીર દરદ થઈ આવ્યું જેમાંથી તેના દશમા વર્ષની ઉંમરે મોઢાડા ઉપર લ્યુપસ ઉદ્ભવ્યું. ઘણા પ્રખ્યાત ડોક્ટરોની સલાહ અને ઉપચાર કરવા છતાં કંઈજ લાભ ન થવાથી ચહેરાને કુરૂપ કરી નાખનાર આ લ્યુપસના દરદથી તે સ્ત્રી ૩૦ કરતાં પણ વધારે વર્ષ પીડા પામી. તેના ચહેરા તરફ જોતાં દરેક માણસને બહુજ કંટાળો ઉપજતો અને તેથી તેને જ્યારે ના છુટકે બહાર જવું પડતું ત્યારે તેને જોઈને લોકો પોતાનાં મોઢાં કંટાળીને બીજી તરફ ફેરવી દેતા. આવી અસહાય સ્થિતિમાં તે દરદી ડોક્ટર કુહને પાસે ગઈ કારણ કે બીજા ડોક્ટરોએ તેનું દરદ મટવાની આશા આપી નહિ. મુખપરીક્ષાશાસ્ત્રને આધારે તપાસી જોતાં ડોક્ટર કુહનેએ જણાવ્યું કે મળસંચયનું સ્થાન વ્યાધિ મટાડવામાં બહુ અનુકૂળ પડે તેવું હતું. અને તેથી તેના બહુ જલદી સાજ થવાની આશા ડોક્ટરે આપી. એકજ પખવાડીઆ સુધી ઉપાય કર્યા એટલામાં તો દરદવાળી જમ્યાનું સ્વરૂપ બદલાયું અને ચહેરો અગાઉના જેટલો કંટાળા ભરેલો દેખાતો બંધ થયો. તે બાદની પચનક્રિયા જેના ઉપર અત્યાર સુધી કોઈએ ધ્યાન આપ્યું નહોતું તે પણ ડોક્ટર કુહનેના ઉપાયોથી ઘણીજ સુધરી. અને ઝાડા અને પેસાબ વાટે ઘણીજ અસ્વાભાવિક જાતનો ઘણા વખતનો ભરાઈ રહેલો બીગાડ નીકળી ગયો. અને સાત અઠવાડીઆની મુદતમાં દરદીના મુખપરની ચામડીએ કુદરતી રંગ ધારણ કર્યો.

આ કેસમાં આટલો જલદી લાભ થવાનું કારણ એ હતું કે મળસંચય શરીરના આગલા ભાગમાં હતો અને તે કારણથી તેને લીધે થનાર વ્યાધિઓ જલદી મટી શકે છે, એ વાત ડોક્ટર કુહનેના મુખપરીક્ષાશાસ્ત્રના અભ્યાસીઓ સારી રીતે જાણે છે.

લ્યુપસના બીજા કેટલાક દરદીઓનું દરદ જો કે બહુ ઉંડું નહિ હોવા છતાં ઘણી લાંબી મુદતે તેઓ સાજ થયા હતા. આમ થવાનું કારણ એ છે કે વિજ્ઞતીય પદાર્થોના મળસંચય શરીરના ડાબા ભાગ તરફ અગર તો બરાબ તરફ જમશેલો હોય છે ત્યારે તેને લીધે થએલાં દરદો મટાડવામાં ઘણો લાંબો વખત અને બહુ મહેનત પડે છે.

આવા ઘણા દરદીઓ જળોપચાર થોડાં અઠવાડીયાં કરી જોઈને પછી તે છોડી દે છે; કારણ કે તેટલી મુદતમાં તેમને કાંઈ ખાસ લાભ જણાતો નથી. અગર કંઈ લાભ જણાય તો તે માત્ર પચનક્રિયામાં થોડો સુધારો હોય છે. પોતાનો વ્યાધિ જડ મૂળમાંથી મટાડવા માટે પુરતા વખત સુધી ડૉક્ટર કુહનેના ઉપાયો ચાલુજ રાખવા જેટલી ખંત મનુષ્યોમાં હોતી નથી એ દીલગીરીની વાત છે.

ડૉક્ટર કુહને લખે છે કે, સ્ટેડીન ગામની એક સ્ત્રીના લ્યુપસના દરદને બહુજ સફળતા-પૂર્વક મટાડવાનો સુયોગ મને મળ્યો હતો. લગભગ ૧૯ વર્ષથી મુખ ઉપરના લ્યુપસના દરદથી આ બાઈ પીડાતી હતી, અને છેવટે તેનો ચહેરો એટલો ખરાબ દેખાતો હતો કે તે ઢાંકવા માટે બહાર જતી વખતે તે બાઈ એક સજડ ગુંથેલી કપડાની જાળી મુખ ઉપર ઢાંકતી હતી. મારી પાસે આવતાં પહેલાં દવાઓના જણાએલા સર્વે ઉપાયો તે અજમાવી નિરાશ થઈ ચુકી હતી. છતાં મારા બતાવ્યા પ્રમાણે જળોપચાર શરૂ કરવાથી તરતજ લાભ જણાવા લાગ્યો અને થોડાજ વખતમાં બહુ દરદ મટી ગયું.

આ દરદીએ રાજપુતીથી એ સારું એક સર્ટીફિકેટ ડૉક્ટર કુહનેના ઉપર વગર માગ-ણીએ લખી મોકલ્યું હતું, અને બીજા દરદીઓને જળોપચાર જેવી ઉત્તમ ઉપચાર પદ્ધતિનો લાભ લેવાની ભલામણ કરી હતી.

### ઉપસ્થ કે જનનેદ્રિયના વ્યાધિઓ.

લજ્જનો દોંગ અને ખોટી શરમ કે જે પડદાની પાછળ દુરાચારી જ્ઞાનાંધ મનુષ્યો છુપાઈ બેસે છે તેને જલદીથી દૂર કરવાની જરૂર છે. જલયુક્ત લજ્જા અને ખોટી શરમની છાયા નીચે ભયંકર દુરાચાર અને કુટેવોનાં ઝાંખરાં ફેલાય છે અને ફળે છે. અને તેને સુકવી નાખી તેમનો નાશ કરવાનો એકજ ઉપાય સત્યજ્ઞાન તથા સાદી વ્યવહાર બુદ્ધિના પ્રકાશનો બહોળો પ્રસાર કરવો તેજ છે. મનુષ્ય જાતનાં છુપાં પાપ અને ગુપ્ત દરદો વિષે આપણે જો લખવાજ બેસીએ તો પછી તે બાબતમાં ખુલ્લા દીલથી અને સંકોચ વિના કામ થવું જોઈએ. પ્રજોત્પાદક અવયવોના રોગો એટલું બહુ નુકશાન એટલા બહોળા વિસ્તારમાં ફેલાવી રહ્યા છે, અને તેવાં દરદો મટાડવામાં એટલી તો સંપૂર્ણ ફત્તેહ જળોપચાર વડે મેળવી શકાય છે કે, આ વિષયમાં જો અમે મુંગા રહીએ તો તે ખરેખર એક ગંભીર પાપ જ ગણાય. આવા વ્યાધિઓના ખરા સ્વરૂપ વિષે અને ખાસ કરીને તો તેવાં દરદોમાં વપરાતી દવાઓનાં નુકશાન વિષે પ્રજામાં ફેલાએલું ગાઢ અજ્ઞાન અતિશય દુઃખતું કારણ છે. બીજા વિચાર દૂર રાખીએ તો પણ આટલુંજ કારણ આ વિષયમાં ખુદી રીતે અને વગર સંકોચે લખવાની આપણને ફરજ પાડે છે. અગાઉના કોઈ પણ જમાના કરતાં હાલના વખતમાં ગુપ્ત દરદો અતિશય વધી પડ્યાં છે, તે વાતની કોઈનાથી પણ ના પાડી શકાય તેમ નથી. ખાસ કરીને દરવર્ષે લાખો અને કરોડો મનુષ્યો ચાંદી પ્રમેહરૂપી રક્ષસી અને ગંદા રોગના પંજમાં સપડાય છે અને પાછળથી એકાન્તમાં તેઓ અકથ્ય પીડાથી રીખાયા કરે છે.

તેચરોપ્તીના એટલે કે જળોપચાર જેવા કુદરતી ઉપાયોના સિવાય દવાના બીજા કોઈ ઉપાયો ચાંદી પ્રમેહને મટાડી શકતા નથી. પારાથી બનેલી જાત જાતની દવાઓ બહાર લગાવવાથી અને ખાવાથી જ્યારે પારો શરીરની સમઘાતુઓમાં પ્રસરી જઈને તે સર્વને વિષમય

બનાવી દે છે ત્યારે કેટલાક વખત સુધી ચાંદી પ્રમેહનાં દરદો શરીરમાં શમાઈ ગએલાં રહે છે, અને અદ્યપક્ષાળ માટે અપ્રકટ ગુહ સ્વરૂપ તે દરદો ધારણ કરે છે; જેને અજ્ઞાનથી ડોક્ટરો અને દરદીઓ રોગ મટી ગયાનું લક્ષણ માને છે. પરંતુ આજ કારણને લીધે વર્ણવી ન શકાય તેટલું નુકશાન દરદીઓને થાય છે. કારણ કે આવા ઘણા દરદીઓને પોતાના ડોક્ટરો તરફથી એવી ચોકસ ખાતરી મળેલી કે તેમનાં ચાંદી પ્રમેહનાં દરદ દવાથી તદ્દન મટી ગયાં છે તેથી તેઓ લપ્સ કરે છે. અને પછી તેવા લપ્સના પરિણામે ટુંક મુદતમાં તેમને પોતે કેટલા છેતરાયા છે તે વિષે ઘણુંજ પસ્તાવું પડે છે. જે પુરૂષના શરીરમાં ચાંદી પ્રમેહનું દરદ દવાના જોરથી છુપાઈને દબાઈ બેઠું હોય તે પુરૂષની સાથે સંયોગ થવાથી સ્ત્રીની તંદુરસ્તી અને જીંદગી જોખમમાં આવી પડે છે. વિષય સંભોગની ક્રિયા વખતે સ્ત્રીપુરૂષનાં અંગો એટલા ગાઢ સંબંધમાં આવે છે કે તે સમયે પરસ્પરના શરીરમાં રહેલાં સારાં નરસાં સૂક્ષ્મ તત્ત્વોની ત્વરિત આપલે કે વિનિમય થાય છે, અને તેથી જો સ્ત્રી સંપૂર્ણ નીરોગાવસ્થામાં તે સમયે ન હોય તો પુરૂષના શરીરમાં ગુપ્ત રૂપે રહેલાં ચાંદી પ્રમેહ (સિફિલીસ)નો ચેપ કે રોગ તે સ્ત્રીને લાગુ પડે છે—આવા સંબંધથી ઉત્પન્ન થનાર સંતતિ પણ રોગીજ જન્મે છે, કેટલાકનાં નાક બેસી ગએલાં હોય છે, કેટલાકનાં તાળવાંમાં છિદ્રો પડેલાં હોય છે, અને જો તેઓ મોટી ઉંમરનાં થવા પામે છે તો પણ તેઓનાં સર્વ અંગ બરાબર ખીલી શકતાં નથી. આ કારણથી પ્રકટ સિફિલીસના કરતાં ગુપ્તપણે રહેલો તે રોગ વધારે બચકર છે એમ અમારું માનવું છે. કારણ કે જ્યાં સુધી આ દરદ પ્રકટપણે તીવ્ર રૂપમાં મનુષ્યના શરીરમાં હોય ત્યાં સુધી બાજ્યેજ કોઈ સ્ત્રીનો સંબંધ ધરે છે.

દવાઓ વાપરનારા ડોક્ટરો પણ સિફિલીસની ગુપ્ત સ્થિતિ કે અપ્રકટ સ્વરૂપ હોવાનું કમ્બુલ કરે છે, પરંતુ જ્યારે દવાથી દબાએલું આ દરદ ફરીથી બહાર નીકળી આવે છે ત્યારેજ તેઓને ખબર પડે છે કે તે દરદ આટલો વખત દરદીના શરીરમાં છુપાઈ રહેલું હોવું જોઈએ. અર્થાત્ પારાની દવાઓ, પોટેશ્યમ આયોડાઇડ વગેરે દવાઓના બહુ ઉપયોગથી સિફિલીસનું દરદ શરીરમાં દબાઈ જાય છે ત્યારે તે દરદની તેની ગુપ્ત હયાતીને પારખી કાઢવાનું કોઈ પણ સાધન બિચારા ડોક્ટરો પાસે નથી. અને ફરીથી તે દરદનો ચેપ લાગ્યા વગર પણ મનુષ્યને તે દરદ ફરીથી થઈ આવતું ન હોત તો ડોક્ટરો સિફિલીસની અપ્રકટ સ્થિતિ હોવાનું કમ્બુલજ રાખત નહિ.

જે દરદીઓમાં ગુપ્તપણે રહેલો સિફિલીસ ફરીથી એકે વખત બહાર નીકળી આવ્યો ન હોય તેવા દરદીઓને પણ મુખપરીક્ષાશાસ્ત્રના આધારે તપાસતાં તેવા દરદીઓની ખરી સ્થિતિ મુદલ છાની રહી શકતી નથી. એટલુંજ નહિ પણ આવાં દરદો પહેલીજવાર થવાનો સંભવ હોય તેની ચેતવણી પણ અગાઉથી મેળવી શકાય છે અને તે રીતે પુરતી કાળજી રાખવામાં આવે તો, તેવા સંકટમાંથી બચી શકાય છે. પ્રજોત્પાદક અવયવોના વિવિધ વ્યાધિઓ વિષે વિગતવાર વર્ણનમાં ઉતરવાની જરૂર નથી. કારણ કે શ્વેત અને રક્તપ્રદર, પ્રમેહ, ચાંદી, બદ, શીરંગીરોગ, ધાતુવિકાર, સ્વમદોષ, વગેરે વગેરે વ્યાધિઓનાં નામ અને બહારનાં સ્વરૂપ જો કે જુદાં જુદાં હોય છે, છતાં તેઓ સર્વનું મૂળ કારણ એકજ હોય છે. દરેક મનુષ્યના અમુક પ્રકારના બંધારણને લીધે તેના શરીરમાં રહેલો મળસંચય એક અથવા બીજા રોગને જન્મ આપે છે.

પ્રજ્વેત્પાદક અને મળોત્સર્ગક અવયવોને એક બીજાની સાથે મૂકવામાં કુદરતે કાંઈ ભૂલ કરી નથી. છતાં બદ્દેલી કરનાર સ્ત્રી પુરૂષોને આવી ગોઠવણથી સખત સજ્જ ખમવી પડે છે, કારણ કે એક બીજાના શરીરમાં રહેલાં મલિનતત્વોનો ચેપ સહેલાઈથી પરસ્પરને લાગી શકે છે.

ખીજી પણ એક બાબત છે, જે અત્રે કાંઈક વિસ્તારથી વર્ણવવાની જરૂર છે. કામેચ્છા જે સર્વ પ્રાણીઓમાં એકસરખી રીતે રહેલી છે છતાં તેનું ખરૂં તત્વ સંતોષકારક રીતે સમજાવવામાં આવેલું નથી. તેના ખરા તત્વ વિષે ઔષધિશાસ્ત્ર તો બહુજ થોડું કે નહિ જોવું કહી શકે છે. અને તે શક્તિ ક્યારે સ્વાભાવિક કહેવાય અને ક્યારે અસ્વાભાવિક કહેવાય તથા તેના અસ્વાભાવિક બનવાનાં કારણો ક્યાં છે તે, તે શાસ્ત્ર જણાવી શકતું નથી. છતાં પણ વૈદકશાસ્ત્ર એટલું તો જણાવે છે કે સ્વસંરક્ષણથી બીજે નંબરે પ્રજા ઉત્પન્ન કરવાની ઇચ્છા પ્રાણી માત્રમાં સ્વાભાવિક રીતે બહુ બળવાન હોય છે. આમ હોવા છતાં વર્તમાનકાળમાં પ્રજેત્પત્તિનો વિષય જે જીવંતના વિષયથી ફક્ત બીજેજ નંબરે આવે છે, તે આટલો અપવિત્ર, સહ્ય મનુષ્યોમાં ન ચર્ચા શકાય તેવો, અને જાણે કુદરત વિરુદ્ધ હોય તેવો શા માટે ગણાય છે તે સમજી શકાતું નથી. કુદરતની અન્ય સર્વ બળવાન પ્રેરણાઓ કે ઇચ્છાઓની માફક કામેચ્છા પણ સ્વાભાવિક લાગણી છે; અને જ્યાં સુધી વિજ્ઞાતીય પદાર્થોના મળથી જ્ઞાનતંતુઓ ઉત્કેરાઈને કામેચ્છાને અસ્વાભાવિક અધમરૂપ પ્રાપ્ત થતું ન હોય ત્યાં સુધી તે કદા દુઃખકર નીવડતી નથી. એક મનુષ્ય બહારથી ગમે તેવો દેખાતો હોય પરંતુ વાસ્તવિક રીતે તે કેટલો નીરોગ અથવા રોગી છે તેનું ચોક્કસ માપ તે મનુષ્યની કામેચ્છા ઉપરથી નીકળી શકે છે. આજ રીતે વળી અમુક ખાનપાન અને આચાર વિચારની સારી વા માઠી અસર મનુષ્યના ઉપર કેટલી થાય છે, અને શરીરની અંદર કોઈ ગુપ્ત રોગ ભરાઈ બેઠેલો છે કે કેમ, તેની પણ પરીક્ષા થઈ શકે છે. કારણ કે જ્યારે કુદરતી રસોત્પાદક અવયવો તરફ વિજ્ઞાતીય પદાર્થોનું દબાણ વધી જાય છે ત્યારે જ્ઞાનતંતુઓ ઉત્કેરાઈ કામેચ્છા અસ્વાભાવિક સ્વરૂપ ધારણ કરે છે, અને તેજ વખતે પ્રજા ઉત્પન્ન કરવાની ખરી શક્તિ કમતી થતી જાય છે. ખરા તંદુરસ્ત અને વીર્યવાન મનુષ્યને અપવિત્ર વિચારો અને વિષયેચ્છાની તીવ્રતા કદા ઉચ્છ્રંખલ બની હેરાન કરી શકતાં નથી. મીઠું મરી મસાલા વગરના અનાજ ફળોનો આહાર કરવાથીજ આવી સ્થિતિમાં રહી શકાય છે. જ્યારે જ્યારે વિજ્ઞાતીય પદાર્થોનો સંચય શરીરમાં થાય છે ત્યારે ત્યારે, અગર તો કોઈ વ્યાધિની અપ્રકટ જીર્ણ દશા આરંભાય છે ત્યારે, કામેચ્છા બળવાખોર બની અસ્વાભાવિક રૂપ લે છે.

જે મનુષ્યનું શરીર પૂર્વેથીજ વિજ્ઞાતીય પદાર્થોથી પૂર્ણ બનેલું હોય તેનેજ જનનેદ્રિયના વ્યાધિઓ લાગુ પડી શકે છે: આંદી, પ્રમેહ, શીરંગીરોગ વગેરે દરદોનો ચેપ અમુક મનુષ્યોને લાગે છે અને બીજાઓને નથી લાગતો તેનું ખરૂં કારણ ઉપર કશું તે છે. ડોક્ટર કુલને આ સંબંધમાં લખે છે કે: “ I know of cases in which, of two men exposed to the same danger of infection, the one remained quite well, while the other was infected. હું એવા કેટલાક દાખલા જાણું છું કે જેમાં બે મનુષ્યો વ્યાધિનો ચેપ લાગે તેવા એકજ જાતના જોખમમાં ઉતર્યા હતા છતાં તેમાંથી માત્ર એકનેજ તેવો ચેપ લાગ્યો, જ્યારે બીજા મનુષ્યને કંઈજ થયું નહિ. ”



અગાઉ કહી ગયા તેમ પ્રજ્વેત્પાદક અવયવો આગળ એકઠાં થએલાં મલિનતત્વોનો વિષયસંલોગ સમયે વિનિમય કે આપણે સ્ત્રી પુરુષનાં શરીર વચ્ચે થાય છે, અને દૂધમાં થોડું દહીં પડવાથી અથવા પલાળેલા કોટમાં ખમીર અથવા તાડી પડવાથી જેવું ઉભરાણુ કે ફરમેન્ટેશન થાય છે તેવુંજ તે સ્ત્રી પુરુષોના શરીરમાં પણ થઈ શકે છે.

ઉપરના વિવેચન ઉપરથી આપણે જોઈ શકીએ છીએ કે પ્રજ્વેત્પાદક અવયવોનાં ગુપ્ત ગણાતાં દરદો પણ તે તે અવયવોમાં એકઠા થએલા મલિન પદાર્થોના કચરાને કાઢી નાખવા માટેનો શરીરનો અતિ ઉગ્ર પ્રયત્નજ છે. તેથી આવા એટલે કે ચાંદી, પ્રમેહ, શીર-ગીરોગ, શ્વેત અને રક્તપ્રદર, અત્યાર્તવ અને પીડિતાર્તવ વગેરે દરદો મટાડવા માટે ખીજ સર્વ સાધારણ રોગોની માફક જોગોપચાર વડે શરીરના મળસંચયને કાઢી નાખવો જોઈએ. આમ કર્યા વગર આવાં દરદો મૂળમાંથી કદી મટતાં નથી. આ વિષયમાં ઔષધિશાસ્ત્ર ઘણીજ ગંભીર અને દરદીઓને ઘણુંજ નુકશાન થાય તેવા પ્રકારની ભૂલ દવાઓ વાપરવા સંબંધીની કરે છે. સોમલ અને પારાવાણી ( “ 606-606 ” સાલ્વરસેન જેવી ) બહુજ ઝેરી દવાઓની શરીરમાં પીચકારીઓ મારી તેમજ પોટેશ્યમ આયોડાઇડ, આયોડોફોર્મ ઇત્યાદિ વિષમય દવાઓ વાપરીને ડૉક્ટરો, વૈદ્યો અને હકીમો ચાંદી પ્રમેહ જેવાં દરદો મટાડવા મથે છે. પરંતુ ખરી રીતે તો તેવી ઝેરી દવાઓને લીધે તો મલિન પદાર્થો શરીરમાંથી બહાર નીકળતાં અટકી શરીરની અંદરજ સમાઈ જાય છે. અને તેથી તેવાં દરદો થોડા વખત માટે મટી ગએલાં દેખાય છે, પરંતુ તેજ વખતે શરીરની જીવન શક્તિનું ભંડોળ ઘણુંજ કમતી થઈ જાય છે, અને તેથી પચનક્રિયા વગેરે બહુ મંદ ચાલે છે.

ઉપર કહેલાં કારણોથી દવાઓના ઉપાય વડે મૂળ દરદો કરતાં પણ વધારે નુકશાન શરીરને થાય છે. આવા ઉપાયથી રોગનું ખરૂં વિકરાળ સ્વરૂપ ધ્રુપાઈ જાય છે, અને પીડા વગરનું, જીર્ણ અને અપ્રકટ, અજ્ઞાનીઓને ભૂલાવામાં નાખનારૂં, અને ભવિષ્યમાં મહા ઉત્પાત મચાવનારૂં રૂપ ધારણુ કરે છે. ફક્ત બહાર જણાતાં લક્ષણોનેજ રોગ કહેનાર સામાન્ય મનુષ્યો ઉપર વર્ણવેલી સ્થિતિને ભૂલથી નીરોગ અવસ્થા ગણે છે. અને તેમની આવી માન્યતાને વૈદ્ય ડૉક્ટરો પણ અનુમોદન આપે છે.

દવાઓવડે ઉપર કહ્યા તેવા વ્યાધિઓ ખરી રીતે મટતા નથી પરંતુ શરીરમાં દબાઈ જાય છે. તેની સાખીતી એ છે કે નવો ચેપ લાગ્યા વગર પણ તેવાં દરદો ફરી ફરીને તથા કેટલીકવાર ઘણાં વર્ષો પછી બહાર નીકળી આવે છે. અને એવાં દરદોનું મૂળ હમેશને માટે શરીરમાંથી કાઢી નાખવાની ઇચ્છાવાળા સમજી મનુષ્યો જ્યારે ડૉક્ટર કુહનેના બતાવેલા ઉપચારો કરવા માંડે છે, ત્યારે શરીરમાં જીવનબળ વધવાથી વિજ્ઞાતીય પદાર્થોનો મળસંચય અને ઝેરી દવાઓની અસર કાઢી નાખવાનું કામ પુનઃ આરંભાય છે. શરીરમાં ગુપ્તપણે રહેલાં દરદો પ્રકટ થઈને બહાર આવવા લાગે છે, અને પૂર્વેના વ્યાધિનાં જે જે દરેક ચિન્હ જે જે અનુક્રમે દેખાવી દેવામાં આવ્યાં હોય તે તે અનુક્રમે તે તે દરેક ચિન્હ ફરીથી દેખાવા લાગે છે. પરંતુ આ વખતે અગાઉના જેટલી હેરાનગતી તે આપી શકતાં નથી અને લાંબી મુદત ટકી શકતાં નથી. અગણીત દાખલાઓમાં આવા પ્રકારનો અનુભવ ડૉક્ટર કુહનેને મળ્યો હોય.

જનનેદ્રિયનાં સર્વે ગુપ્ત દરદો ( સિદ્ધિલીસ પણ )ની ભયંકરતા જોગોપચાર વડે નાશ

પામે છે, અને ખીજ સર્વ સાધારણ દરદોની માફક સંપૂર્ણ રીતે, અને પાછળથી કાંઈ પણ માઠી અસર જણાય નહિ તેવી રીતે મટી જાય છે. દવાઓવડે સાજા થએલા સિદ્ધિલીસ-વાળા દરદીઓનાં બાળકોમાં તે દરદની નિશાનીઓ વારસામાં ઉતરવાનો જેવો સંભવ રહે છે તેવો સંભવ ડોક્ટર કુહનેના ઉપાયવડે સાજા થનારના સંબંધમાં મુદ્દલ રહેતો નથી. આ ઉપરથી એમ સમજવાનું નથી કે સિદ્ધિલીસવાળો દરેકે દરેક દરદી તદ્દન સાજો થઈ શકે. ફક્ત જે દરદીનું જીવનબળ બહુજ નાશ પામ્યું ન હોય, અને જેના શરીરમાં વિજ્ઞ-તીય પદાર્થોનો કચરો અત્યંત વધારે ન હોય, અને જેઓ ધીરજ અને ખંતથી જરૂર હોય ત્યાં સુધી કુહનેએ બતાવેલા ઉપચારો ચાલુ રાખે તેમ હોય, તેઓજ પુરેપુરા સાજા થઈ શકે છે. જે દરદીની પચનક્રિયા સુધરે, અને જીવનબળ વધે તેવો સંભવ ન હોય તેવા દરદી-ઓના સાજા થવા વિષે ખાતરી આપી શકાય નહિ.

આગળ જણાવ્યું છે તે પ્રમાણે પ્રત્યેક દરદીને અવયવોનાં ગુપ્ત દરદો એ શરીરની અંદ-રના અત્યંત મળસંચય અથવા તો પૂર્વના અપ્રકટ જીર્ણ રોગોનાં ચિન્હ છે. છતાં આવાં ગુપ્ત દરદોને જે યોગ્ય રીતે મૂળમાંથીજ મટાડવામાં આવતાં નથી તો ખીજ વધારે ખરાબ, અને મટાડવા વધારે મુશ્કેલ એવા દમ કે શ્વાસ, ફેફસાંના પરચુરણ વ્યાધિઓ, ક્ષયરોગ, વિદ્રધિ કે પાઠાં, હાર્ટડિસીઝ, જળોદર, વાતરક્ત કે નજલો, એવાં એવાં દરદો ઉત્પન્ન થાય છે. અને કોઈ કોઈ દાખલામાં જે કદી આવાં દરદો તે દરદીના પોતાના શરીરમાં દેખાવ દેતાં નથી તો તેનાં બાળકોમાં અવશ્ય જેવામાં આવે છે. ઘણીક નિર્દોષ માતાઓ પોતાનાં બાળકોને કંઠમાળ, પોચાં હાડકાં (અસ્થિકૌટિલ્ય), ક્ષય, અને ફેફસાંના ખીજ ભયંકર વ્યાધિઓ થવાનું કારણ સમજી શકતી નથી. પોતાના ઘણીના ગુપ્ત વ્યાધિઓની ખરાબ અસર આ રીતે ઉતરી આવે છે તે વિષે તે ખીચારી કંઈજ જાણતી નથી. પોતાનાંજ બા-ળકો સામે આ રીતે માખાપો કેવાં પાપ કરે છે તે આપણે અહીં નોંધ શકીએ છીએ. ડોક્ટર કુહનેએ આપેલી માહિતીને આધારે બાળકોને જોઈને તેમનાં માખાપોની શારીરિક અને માનસિક સ્થિતિ ગર્ભાધાન કાળે કેવી હતી તે આપણે એક દર્ષણની પેઠે નોંધ શકીએ છીએ.

પરમીઆ (ગોનોરીઆ) અને પ્રદર જેવા સામાન્ય જનનેદ્રિયના વ્યાધિઓ પેદા થઈને જે રસ્તે આગળ વધે છે તે આપણે તપાસીએ તો વિજ્ઞતીય પદાર્થો વિષેના ડોક્ટર કુહ-નેના સિદ્ધાંતને પુષ્ટિ આપનાર વધુ પુરાવા આપણને મળે છે. આવાં દરદોમાં રોગીભાગ સૂજી આવે છે અને ત્યાં આગળ થઈને શરીર વિજ્ઞતીય પદાર્થો પડના કે રસીના રૂપમાં કાઢી નાખવા લાગે છે. આવી વખતે ફરમેન્ટેશન અને તાવની જે ક્રિયાઓ શરીરની અં-દર ચાલી રહી હોય છે તેને લીધે આસપાસના ખીજ ભાગ અને અવયવો પણ હેરાનમતીમાં સપડાવાનો અને સૂજી આવવાનો સંભવ રહે છે. તેથી આ ક્રિયા વગર અટકાવે ચાલુ રહે છતાં શરીરને કોઈ જાતનું જથ્થું નુકસાન ન થાય તે માટે શું કરવું તે પ્રશ્ન ઉભો થાય છે. આવા ઉપાયનેજ અંગ્રેજીમાં ક્યુરેટીવ ક્રાઈસીસ (Curative Crises-“વ્યાધિહર પરિવર્તન મુહૂર્ત”) કહે છે. આ રીતે શરીરમાંથી મલિન તત્વ જેમ વધારે પ્રમાણમાં બહાર નીકળી જાય તેમ શરીર વધારે સ્વચ્છ બને છે. આવા વ્યાધિઓમાં આપણે જે કરવાનું તે માત્ર એટલુંજ કે મળવિસર્જનની ક્રિયા વખતે જેમ બને તેમ થોડી પીડા અને શરી-રની ખીજ સ્વાભાવિક ક્રિયાઓમાં જેમ બને તેમ થોડી ગડબડ થાય. આ હેતુ ડોક્ટર કુહનેએ બતાવેલા ઘણીના ઉપચારો દરેક દરદીની સ્થિતિ વિચારી અનુકૂળ રૂપમાં કરવાથી

સંતોષકારક રીતે પાર પડે છે. દરદ સંપૂર્ણ રીતે મટતાં કેટલો વખત લાગે તેનો બધો આધાર દરદીના શરીરમાં રહેલાં વિજ્ઞતીય તત્વોના પ્રમાણ ઉપર છે.

જનનેન્દ્રિયનાં ગુપ્ત દરદો માટે “ઉપાય” તરીકે વૈદ્ય ડૉક્ટરો કેવી નુકશાનકારક વસ્તુઓ વાપરે છે, તે તો જુઓ !! સીસું, પારો, જસત વગેરેમાંથી બનાવેલા શ્લેષ્મ પડને (આળી ચામડીને) બાળી નાખનાર પ્રવાહીઓ અને આયોડોફોર્મની પીચકારીઓ સ્ત્રી પુરુષોના ગુપ્ત અવયવોમાં મારવામાં આવે છે અને તે રીતે શરીરને નિર્મળ કરવાના કુદરતના શુભ પ્રયત્નમાં મોટાં વિઘ્ન નાખવામાં આવે છે. આવી ઝેરી દવાઓ વાપરવાથી પદ્મ અગર રસી બહાર નીકળી જતાં અટકે છે એ વાત ખરી, પરંતુ તેવા મલિન પદાર્થો શરીરની અંદર રહીને ક્યાં જાય છે અને શું કરે છે એ સવાલ સમજી મનુષ્યોના મનમાં કેમ ઉઠતો નથી એજ આશ્ચર્યની વાત છે. કોઈ ખાસ હેતુ સિવાય કુદરત કાંઈ કાર્ય કરતી નથી. કુદરતની ક્રિયાઓમાં ફક્ત કુદરતી સાધનો વડેજ સહાય કરી શકાય છે, અને ઝેરી દવાઓ તો કુદરતની સર્વ કલ્યાણકર ક્રિયાઓમાં વિઘ્ન નાખી જીવન ઓછું કરે છે.

જનનેન્દ્રિયનાં ગુપ્ત દરદોમાં ઝેરી દવાઓનો ઉપયોગ કરવાની જે ગંભીર ભૂલ વૈદ્ય ડૉક્ટરો કરે છે તેને પરિણામેજ જ્યાં ત્યાં ઉન્માદલયો (ગાંડાની ઇસ્પીતાલો), દવાખાનાં અને ઔષધાલયો કીડીઆરાની માફક ઉભરાવા લાગ્યાં છે. જે દવાઓથી રોગો મટી જતા હોત તો દેશમાં દરદીઓ ખોળ્યા પણ જડવા ન જોઈએ.

આ સંબંધમાં ડૉક્ટર કુહને પોતાના અનુભવના બે દાખલા નીચે પ્રમાણે વર્ણવે છે. આશરે પચાસ વર્ષની વયનો એક માણસ પોતાને થએલા ગંભીર પ્રકારના હૃદ્રોગ (હાર્ટડીસીઝ), વિષે સલાહ લેવા મારી પાસે આવ્યો. તેને તપાસીને મેં ઘટતી સલાહ આપી અને તે પ્રમાણે તેણે પંદર દિવસ ઉપાય કર્યા એટલે અગાઉ દવાઓથી મટેલું મૂત્ર-પિંડનું દરદ ફરીથી થઈ આવ્યું, જે મારા બતાવેલા ઉપચારો ચાલુ રાખવાથી આપો આપ મટી ગયું. એટલે એક પખવાડીઆં પછી વળી અઢાર વર્ષ પહેલાં દવાથી દબાવી દીધેલું પરમીઆનું દરદ બહાર નીકળી આવ્યું. ઉપર લખેલાં બંને દરદો બહુ નરમ રૂપમાં થઈને વહેલાં મટી ગયાં, એટલે કે પરમીઆને મટતાં તો ફક્ત એક અઢવાડીયુંજ લાગ્યું. તે મટી ગયા પછી દરદીનું સામાન્ય આરોગ્ય આશ્ચર્ય ઉપજાવે તેટલું સુધર્યું અને તેનું છાતીનું દરદ (હાર્ટડીસીઝ) તો ક્યારનુંએ સંપૂર્ણ રીતે મટી ગયું હતું. આ ઉપચારો ચાલતા હતા ત્યારે દરદીએ મને જણાવ્યું કે: “અઢાર વર્ષ પૂર્વે મને પરમીઆનો વ્યાધિ થયો હતો, જે માટે બહુ પ્રખ્યાત બે ડૉક્ટરોની સલાહ પ્રમાણે મેં ઉપચારો કર્યા જેથી પરમીઆનાં બધાં ચિન્હો દેખાતાં મટી ગયાં. થોડાં વર્ષ પછી એનું એજ દરદ ફરીથી થઈ આવ્યું, તે વખતે પણ દવાઓના ચાંપતા ઉપાય લેવાથી દરદ જલદી દબાઈ ગયું. બે વર્ષ પછી મને મૂત્રપિંડનો રોગ થયો જેને લીધે મારે ઘણીજ હેરાનગતિ ભોગવવી પડી, તે માટે બહુજ જાણીતા આઠ ડૉક્ટરોના ઉપાય કર્યા પછી બહુ દવાઓનાં જોરે દરદનાં ગંભીર લક્ષણો-ચિન્હો દેખાતાં બંધ થયાં. તે પછી થોડાજ વખતે હાર્ટ (હૃદય) નું દરદ શરૂ થયું જેને માટે કોઈ પણ દવા કામ લાગી નહિ, અને તેથી જોગદાર થવાનો સંભવ પાસે આવી લાગ્યો.” મેં તેને સમજાવ્યું કે પરમીઆનું દરદ મૂળમાંથી મટ્યુંજ નહોતું પણ શરીરના અંદરના ભાગમાં હડસેલી દેવામાં આવ્યું હતું, જેને લીધેજ તમારા મૂત્રના વ્યાધિનાં મૂળ

રોપાયાં. આ દરદને વળી દવાઓ વડે દબાવી દેવાથી હાર્ટીસીઝ પેદા થયો, જેના ચોગ્ય ઉપચાર મારા બતાવ્યા પ્રમાણે જો ન થયા હોત તો આખરે તમને જળોદર થઈ તમારો જીવ જાત. આ પ્રમાણે આ દરદીને થએલા જીદાં જીદાં દરદો વચ્ચેનો પરસ્પરનો સંબંધ મેં જે સમજાવ્યો તેના ખરાપણા વિષેની ખાતરી દરદીને પોતાના અનુભવથી અને દરદ મટવાથી પૂરેપૂરી થઈ.

ઉપદંશ-ચાંદી ( સિફિલીસ )નો એક કેસ ડૉક્ટર કુહને નીચે પ્રમાણે વર્ણવે છે. બેરનવોન ઈ. નામનો ૪૭ વર્ષનો એક જર્મન ઉપદંશ અથવા ચાંદીના પોતાને દશ વર્ષથી થએલા દરદ માટે સલાહ લેવા મારી પાસે આવ્યો. ચાર પ્રખ્યાત ડૉક્ટરોની સલાહ પ્રમાણે પારાવાળી દવાઓ ચોળવાના ઉપાયો થોડા થોડા વખતને અંતરે ચાર વખત પોતે અજમાવ્યાની વાત તેણે મને કહી સંભળાવી. વળી પોટેશ્યમ આયોડાઇડ પણ તેણે બહુજ વાપર્યું હતું. છતાં એ ઉપદંશ તેને વારે ઘડીએ થઈ આવતો હતો અને મોઢામાં અને પગ ઉપર ચાંદીઓ પડી તેમાંથી પડ વહ્યા કરતું હતું. વળી પારાવાળી દવા વાપર્યા પછી તેની શક્તિ બહુ ઘટી ગઈ હતી અને સામાન્ય તખીયત પણ બહુ બગડી ગઈ હતી તેથી આખરે દવા ઉપરથી સર્વ શ્રદ્ધા તેની ઉઠી ગઈ. મારી પાસે આવતા પહેલાં ટુંક મુદ્દતથી તેના મગજ ઉપર બહુ દબાણ રહ્યા કરતું હતું. અને પૂર્વેની સારી સ્મરણશક્તિ તે ગુમાવી બેઠો હતો. મારા મુખપરીક્ષાશાસ્ત્રના આધારે તપાસ કરતાં મને જણાયું કે આ દરદીના શરીરમાં વિજ્ઞતીય પદાર્થોના મળસંચય બહુજ હતો, એટલુંજ નહિ પણ તેમાં ઝેરી દવાઓએ ગંભીર ઉમેરો કર્યો હતો. એતો દેખીતુંજ હતું કે પારાવાળી દવાઓથી દરદ મટ્યું નહોતું પણ ફક્ત દબાઈ ગયું હતું; તેથી દિવસમાં એ અગર ત્રણ કઠિન્નના લેવાની અને સાદો કુદરતી ખોરાક ખાવાની સલાહ મેં તે દરદીને આપી. આ ઉપચારનું પરિણામ સાંજે આવ્યું કારણ કે છ મહિનાની મુદ્દતમાં દરદીની સ્થિતિ તદ્દન બદલાઈ ગઈ. બીજા ફાયદા ઉપરાંત તેની પચનક્રિયા ધણીજ સુધરી અને તે દરદી તાજે અને તંદુરસ્ત દેખાવા લાગ્યો. મારા ઉપચારથી રોગનાં મૂળ કારણ નાશ પામવાથી ઉપદંશ સંપૂર્ણ રીતે મટી ગયો અને ભવિષ્યમાં કદી પણ થઈ શકશે નહિ.

### નપુંસકત્વ-નામદર્દી.

બહુ સાધારણ થઈ પડેલ નામદર્દીના કરતાં વધારે સારો પુરાવો વર્તમાન પ્રજાની નિર્માલ્યતા અને અધોગતિનો મળવો મુશ્કેલ છે. આ દરદ માટે ઔષધિશાસ્ત્રમાં એકે અકસીર ઉપાય નથી. આ રોગને મારી હઠાવવામાં ઔષધો, દવાઓ-ચાકુતિઓ કેવળ અશક્ત છે, કારણ કે તેવી ચીજોની હીમાયત કરનાર ઔષધિશાસ્ત્ર આ નપુંસકત્વ નામના રોગના ખરા સ્વરૂપ કે રહસ્યથી કેવળ અજ્ઞાત છે. વ્યાધિ માત્ર પેદા થવાનું કારણ શરીરનું વિજ્ઞતીય હાનિકારક પદાર્થોથી પુરાઈ જવું એ છે. એ વાત હજી ડૉક્ટરો અને વૈદ્યોના ખરાખર સમજવામાં આવી નથી. નામદર્દીના દરેક કેસ સાંજે થઈ શકે-જો આપણે તેવા દરદીના શરીરમાંથી મળસંચયને દૂર કરી શકીએ તો. ડૉક્ટર કુહનેના ઉપચાર અને અનુભવને આધારે આવું શુભ પરિણામ લાવવાને આપણે ભાગ્યશાળી થઈ શક્યા છીએ. ડૉક્ટર કુહને કહે છે કે, અત્યાર સુધીમાં નામદર્દીના ઘણા ઘણા દરદીઓ સાજા થઈ શક્યા છે, અને અકુમ-અચળ નિશ્ચય અને ધીરજથી મારા ઉપચારો કરવાનું ચાલુ રાખવામાં આવે તો ભવિ-

બધાં પણ તેવીજ રીતે દરદીઓ સાજા થતા રહેશે. પ્રજ્ઞેત્પાદક અવયવોની ક્રિયાશક્તિમાં થયેલ કોઈ પણ પ્રકારની વિષમતા મટવા માટે કારણ દૂર થવાની જરૂર છે. તેજ પ્રમાણે કામેચ્છાને પણ સ્વાભાવિક સ્થિતિમાં લાવી શકાય કે જેથી તેવો સાજો થયેલો મનુષ્ય ભોગવિલાસમાં મિતપણું અને આત્મસંયમ સ્વાભાવિકરીતે અને સહેલાઈથી રાખી શકે. વિજ્ઞાતીય પદાર્થોથી ભરેલા મલિન શરીરવાળા મનુષ્યને નીતિના સારામાં સારા સિદ્ધાંતો શીખવવામાં આવે અને ધર્મોપદેશ કરવામાં આવે તો પણ વિષયવિકારને વશ બની અનેક પ્રકારના અતિરેક અને અનાચાર તેનાથી થઈ જાય છે, એવો દુનિયાનાં સમગ્ર મનુષ્યોનો અનુભવ છે. નીતિના પાઠ, અને બ્રહ્મચર્યના લાભનાં ભાષણો તથા પુસ્તકોના ફેલાવા છતાં હસ્તમૈથુન વગેરે નાશકારક કુટેવો ઉછરતી પ્રજામાં બહોળા પ્રમાણમાં પ્રસરેલી છે તેનું કારણ મીઠા-મસાલાવાળો ઉત્તેજક ખોરાક, અને ચહા તમાકુના વ્યસનને લીધે શરીરમાં થતો વિજ્ઞાતીય તત્વોનો મળસંચયજ છે. એ દૂર થાય નહિ ત્યાં સુધી એકલા ઉપદેશથી કાંઈ જ વળે તેમ નથી. જોગોપચારના સાદા સાધન વડે ધાતુવિકાર અને નપુંસકત્વ તથા હસ્તદોષ જેવી કુટેવોની ખરાબ અસરોમાંથી કેવળ મુક્ત થઈ ગુમાવેલું પુરૂષત્વ પાછું મેળવ્યા સંબંધીનાં સંખ્યાબંધ સર્ટિફિકેટ ડૉક્ટર કુલનેને મળ્યાં હતાં.

પ્રજ્ઞ-સંતતિ પેદા કરવાની અશક્તિનો વ્યાધિ જ્યારે સ્ત્રીઓને થયો હોય છે ત્યારે તે વંધ્યત્વ કે વાંઝીઆપણું કહેવાય છે. છોકરાં વગરની દરેક સ્ત્રીના પ્રજ્ઞેત્પાદક અવયવોની રચનાજ ખોડવાળી હોય છે, એમ માનવાને કાંઈજ કારણ નથી. ઘણી વાર તો વિજ્ઞાતીય પદાર્થોના ગુપ્ત અવયવો આગળ થતા મળસંચયને લીધેજ વાંઝીયાપણું આવે છે. આ સંબંધમાં વધુ વિવેચન “સ્ત્રીરોગ” સંબંધીના એક સ્વતંત્ર પ્રકરણમાં આગળ આપવામાં આવ્યું છે.

પુરૂષોની અંદર માલુમ પડતી કામેચ્છામાં અને સ્ત્રીજાતિની કામવાસનામાં કેટલાક સ્પષ્ટ ભેદ છે, અને તેથી સ્ત્રીઓના વંધ્યત્વ-વાંઝીયાપણામાં અને પુરૂષોના નપુંસકત્વ-નામર્દીમાં પણ તફાવત હોય છે. પુરૂષોમાં આ રોગ પુરેપુરો જામતા અગાઉ કેટલાંક ખાસ ચિન્હો વર્ષો પૂર્વે જોવામાં આવે છે. અસ્વાભાવિકરૂઠે વધી ગયેલી અને નર્વસ કામેચ્છા, તે ગુપ્ત જીર્ણ વ્યાધિની હયાતી સૂચવે છે. છોકરાઓ અને જુવાનીઓના ગુપ્ત અવયવોમાં મીઠા મસાલાવાળા ખોરાક તથા ચહા તમાકુના વ્યસનને લીધે, તેમજ હલકા શંગારવાળાં પુસ્તકોનાં વાચન તથા નાટકોના દર્શનને લીધે લોહી જોઈએ તે કરતાં વધુ પ્રમાણમાં એકદું થઈ ભરાઈ રહે છે, અને ત્યાં જાંઘની સોજા જેવી એક પ્રકારની સ્થિતિ પેદા થાય છે, જેને લીધે તે અવયવો ઘણાજ ઉશ્કેરાએલા રહે છે, અને તેને પરિણામે હસ્તમૈથુન, સ્વપ્નમાં થતો ધાતુપાત, વીર્યવિકાર આદિ કુટેવોને અને ગંભીર રોગોને જન્મ મળે છે. પુખ્ત વયના પુરૂષોમાં આવાંજ કારણોને લીધે માનસિક અપવિત્રતા અને ભોગવિલાસમાં અતિશયપણું જોવામાં આવે છે. ઉછરતા જુવાનીઓમાં ઉપર કહ્યા તેવા રોગોને લીધે સ્ત્રીજાતિની સમક્ષ જતાં કે વાતચીત કરતાં બેહદ શરમાળપણું, અને ઘણાક દાખલાઓમાં તો ખુલ્લો જાય જોવામાં આવે છે, અને આવી વખતે બહુધા તેવા યુવાનોમાં નામર્દીનો વ્યાધિ માલુમ પડે છે. પૈસાની અને કન્યા પ્રાપ્ત કરવાની સર્વ સગવડ હોવા છતાં ઘણાક યુવાનો જન્મભર કુંવારાજ રહે છે, તેમાં ખરી રીતે નામર્દી એ પણ ઘણી વાર કારણ તરીકે હોય છે.



હસ્તદોષ અને શુભ મલિન કુટેવોને લીધે લાખો અને કરોડો મનુષ્યો તન તથા મનથી પાયમાલ થયે જાય છે, અને તેમને જાહેરખબરીયા નીચ “ વૈદ્યરાજે ” અને “ ડૉક્ટરો ” દવાઓ અને લેપ ખરીદવાની લાલચમાં ફસાવી ધન અને આબરૂથી પણ પાયમાલ કરે છે. અણુસમજી ઉછરતા જીવાનોને જેમ અને તેમ વધારે ગભરાવી-ભડકાવી પૈસા કઢાવી લેવાની નીચ વૃત્તિવાળા આવા જાહેર ખબરીયા “ વૈદ્યરાજે ” અને “ ડૉક્ટરો ” ધણીક તંદુરસ્ત જીવાનીઆઓને પણ પોતાના પુરુષત્વ વિષે શંકાશીલ બનાવે એવાં, અને જેઓ કુટેવો અને દુરાચાર કરવાનું ન જાણતા હોય તેમને શીખવે એવાં, અતિશયોક્તિવાળાં લખાણોનો પ્રજામાં બહોળો ફેલાવો કરે છે. એક યા ખીજા કારણથી નામદં બની ગયેલ ધણીક મનુષ્યો, પરણેલ અગર કુંવારી હાલતમાં મુંઝાઇને આપઘાત કરવા પ્રેરાય છે. ડૉક્ટર કુહને કહે છે કે નપુંસકત્વ, નામદં, અને વંધ્યત્વ અથવા વાંઝીયાપણાનાં દરદોમાં પણ જળોપચાર લાભદાયક નિવડે છે, પરંતુ આધિના ગંભીરપણાનો વિચાર કરી મહિનાઓ અને વરસો સુધી ઉપચારો ચાલુજ રાખવા જેટલી ધીરજ હોવી જોઈએ.

ડૉક્ટર કુહને પોતાના અનુભવનો એક જાણુવા લાયક દાખલો નીચે પ્રમાણે લખે છે:—ત્રેવીશ વર્ષની વયનો એક જીવાન જે એક મોટી જગીરનો વારસદાર હતો તે મારી સલાહ લેવા આવ્યો હતો. પોતાના બારમા વર્ષથી હસ્ત મૈથુનની દુષ્ટ કુટેવ તેને પડી હતી, અને તેને તે મુદ્દલ તજી શકતો નહોતો, તે ઉપરથી કોઇએ તેને મારા ઉપચારો અજમાવી જોવાની ખાસ બલામણુ કરી હતી. રાતદિવસ તેને પોતાની કુટેવનાજ વિચાર આવ્યા કરતા હતા, જેને લીધે ખીજા કોઈ વિષયમાં તે પોતાનું મન પરાવી શકતો નહોતો, અને તેથી તેનાથી અન્યાસ કરવો અશક્ય હતો. પોતાનું સર્વ બળ અજમાવવા છતાં પોતાની દુષ્ટ કુટેવને તાબે થયા વગર તેનાથી રહેવાતુંજ નહિ, દવાઓ અને ઉપચારો કરીને તો તે થાક્યો હતો, અને દુરાચારથી અટકવા જેટલું મનોબળ તેનામાં રહ્યુંજ નહોતું. છતાં કોઈ કોઈ વાર કેટલાક મહિના સુધી તે પોતાની કુટેવ મૂકી દેવામાં ફાવતો પરંતુ તે પછી એકાએક તે પાછો પોતાના અગાઉના કુર્કર્મમાં અત્યંત વધારે આવેગથી ફસાતો હતો. તે આન્તર ઉદ્વેગ અને અસંતોષથી નિરંતર પ્રજળ્યા કરતો હતો, જગતમાં પોતાનું જીવન તેને નિષ્પયોગી લાગતું હતું, અને તેથી આપઘાત કરીને પોતાની જીંદગીનો અંત લાવવાના વિચારમાંજ તે આમતેમ ફરતો હતો. આવા સંજોગોમાં તેનાં માતાપિતા તેને પરણુવા માટે આગ્રહ કરવા લાગ્યાં. પરંતુ પોતે કેવળ નપુંસકત્વને પામેલો છે, એમ લાગવાથી પરણુવાનો વિચારજ તેને અત્યંત કંટાળા બરેલો લાગતો. આવી મુંઝવણમાં છેવટે પોતાની સર્વ આશાઓનો આધાર તેણે મારા ઉપચારો ઉપર રાખ્યો, અને જે તેમાં નિષ્ફળતા મળે તો પછી પરણુવાનું હમેશને માટે માંડી વાળવાનો તેણે નિશ્ચય કર્યો હતો.

“ મુખ્ય પરીક્ષાશાસ્ત્ર ”ને આધારે તપાસ કરતાં જણાયું કે આ દરદીની નામદં અને ખીજા બધી હેરાનગતીનું મૂળ જીર્ણ અભિમાંધ હતો, અને તેથી તેનેજ સૌથી પહેલાં મટાડવાની જરૂર જણાઇ. ગમે તેવો રોગી હોવા છતાં તે હજી બર જીવાનીમાં હોવાથી, જળોપચારની સારી અસર તેના શરીર પર જાણી થશે એમ મને લાગવાથી તેના સાજા થવાની સારી ખાત્રી હું તેને આપી શક્યો. એકનિશ્ચય અને ધમધોકાર તેણે મારા બતાવેલા ઉપચારો કરવા માંડ્યા તેથી માત્ર થોડાજ મહિનામાં તેની તખ્તીયત ધણીજ સુધરી. મારા સિદ્ધાંતની સત્યતાનો આ રીતે જખરો જ્વલંત પુરાવો મળ્યો. મરચાં, મરી, હાંમ, રાઇ,

મોસ, મદિરા છત્યાદિ વગરના, ક્ષોભ કે ઉસ્કેરણી ન કરે તેવા, કુદરતી ખોરાકની સહાય-  
તાથી મારા પાણીના ઉપચારો વ્યાધિના છેક મૂળમાં પહોંચ્યા અને તેનાં સર્વ દરદોને નિર્મૂળ  
કરી નાંખ્યાં. આ રીતે તેર માસ જેટલી મુદતમાં નપુંસકપણું અને હસ્તમૈથુન અને  
તેમાંથી ઉત્પન્ન થયેલી અન્ય ઉપાધિઓ સર્વે જેવી રીતે પેદા થયાં હતાં તેવીજ રીતે પોતે  
જામી ગયાં, મટી ગયાં. આવીજ સફળતાથી આવા પ્રકારના ધણાએ દરદીઓને સારા કર-  
વામાં આવ્યા છે.

### પ્રકરણ ૧૦ મું.

મૂત્રપિંડ અને મૂત્રાશયના વ્યાધિઓ, મધુપ્રમેહ અથવા મીઠી પેશાબનું  
દરદ, યુરીમિયા, ઉંઘમાં પેશાબ થઇ જવાનું દરદ, યકૃત એટલે લીવરનાં દરદો,  
પિત્તાશ્મરિ અથવા પિત્તની પથરી, કમળો કે પિત્તપાંકુ, આંતરડાંના વ્યાધિઓ,  
ખાનાં તળીયાં અને હાથેળીઓમાંથી બહુજ પરસેવો નિકળવો, કખવા.

શરીરની અદ્ભુત રચના અને ક્રિયાને જેણે ઉંડો અભ્યાસ ન કર્યો હોય તેવાઓને  
ઉપર પ્રમાણે કેટલાંક દરદોને એકજ પ્રકરણમાં ભેગાં મૂકવાં એ ધણુંજ અવસ્થા વગરનું  
અને સ્થાપિત પદ્ધતિથી ઉભટું જણાશે, કારણ કે ઉપર લખેલાં દરદોમાં સમાનપણાનું કોઇ તત્વ  
તેમના જેવામાં આવી શકશે નહિ. આપધોપચારના હિમાયતીઓ પણ ઉપરના દરેક દરદને  
એક જીજ્ઞાસી તદ્દન અલગ અલગ રોગ ગણે છે, અને તે દરેકને મટાડવા માટે બિન્ન બિન્ન  
પ્રકારનાં ઔષધો વાપરે છે. પરંતુ ડૉક્ટર કુહનેની શોધી કહાડેલી નવીન વૈદ્યકવિદ્યાના  
સૂક્ષ્મદર્શક યંત્રવડે જેતાં ઉપર લખેલા સર્વે રોગોનો પરસ્પર સંબંધ અને સર્વને સમાન  
એવાં કારણ દેખાઇ આવે છે. આવું કારણ તે શરીરમાં બરાઇ રહેલ વિજ્ઞતીય પદાર્થોનો  
મળ છે; અને ખાસ કરીને ઉપર લખેલાં દરદોમાં તે તે મળના સંચય કે બરાવની અસર  
મૂત્રપિંડ અને ચામડીના ઉપર થયેલી હોય છે, જેથી કરીને શરીરમાંથી મલિન રોગજનક  
પદાર્થોને કાઢી નાંખવાની તેમની મળોત્સર્ગક ક્રિયાઓ વિકારી થઇ ગયેલી હોય છે. વળી  
પચનક્રિયા વખતે હોજરીની અંદર વાયુઓ પેદા થઇ પેટ ચઢી આવે છે તે દરદનાં કાર-  
ણોનો પણ અત્રેજ વિચાર કરવામાં આવશે.

વાયુઓ થોડા પ્રમાણમાં હોય છે ત્યારે ખોરાકને આંતરડાંમાં આગળ હડસેલવાનું કામ  
કરે છે, જે કામમાં આંતરડાંની પોતાની કીડાની માફક સંકોચાઇને હાલવાની ક્રિયા  
(Peristalsis) મદદ કરે છે પરંતુ જ્યારે ઉપર કહ્યા તેવા કહોવારાના વાયુઓ બહુ  
ધધારે પ્રમાણમાં પેટમાં પેદા થાય છે ત્યારે તે આંતરડાંની બાણુઓમાંથી પસાર થઇને  
બોલીમાં જળી જઇ આખા શરીરમાં પ્રસરે છે. આ વાત વધારે સ્પષ્ટ રીતે સમજાવવા માટે  
કુ એક દ્રષ્ટાંત આપીશ. આપણી પૃથ્વી ઉપરનો જળસમુદ્ર સ્પષ્ટ રીતે મર્યાદિત કરેલાં સ્થા-  
નોમાં તળાવ, સરોવર, નદી અને સમુદ્ર રૂપે પથરાઇ રહેલો હોય છે, અને તે રીતે જેમ  
મનુષ્યના શરીરમાં બોલીની નસો જ્યાં ત્યાં પથરાઇ રહેલી હોય છે તેમ પૃથ્વી ઉપર પણ  
ઉપર કહ્યા તેવા જળપ્રવાહો ફેલાઇ રહેલા હોય છે. પરંતુ આ ઉપરાંત અદ્રવ્ય વરાળ કે  
વાયુના રૂપમાં જળ સમગ્ર વાત્સવરણમાં અને પૃથ્વીમાં પ્રસરી રહેલું હોય છે. અનુકૂળ

શ્વન્નેશ્વરમાં વાયુરૂપ ધારણ કરવાના પ્રવાહીઓના આવા ગુણને લીધેજ દારૂપીનારના મન-જમાં પણ દારૂની અસર તત્કાળ જણાય છે. આવે વખતે શરીર તો પ્રસ્વેદ એટલે પરસેવા અને પેશાબની મારફત આવાં ઝેરને પ્રવાહી રૂપમાં, અને ચામડીની મારફત તેમજ પ્રસ્રાવ કે ઉચ્છ્વાસની વાટે વાયુરૂપે કાઢી નાખવાની તજવીજ કર્યાજ કરતું હોય છે. જુદાં જુદાં મનુષ્યોના પરસેવાની વાસમાં તફાવત જોવામાં આવે છે, તેનું કારણ પણ આવુંજ હોય છે. એક કેવળ નીરોગ મનુષ્યનો પરસેવો વાસ વગરનો હોય છે. પરંતુ જે મનુષ્યને અછાત રક્ષા કરતું હોય, જેના પેટ અને આંતરડાંમાં અનાજ સડતું હોય, અગર તો જેને તાદી દારૂ જેવી મલિન ચીજો પીવાનું વ્યસન હોય, અથવા તો વિજ્ઞાતીય પદાર્થોના જમાવધી જેમનાં શરીર સ્થૂળ બનેલાં હોય, તેવાં સર્વે મનુષ્યોનો પરસેવો અને શ્વાસ ઓછા વખતે પ્રમાણમાં ગંધાતાં હોય છે, અને તેમની સમિપ જનારને કંટાળો આપે છે. આંતરડાંમાંથી અગર દારૂ વજેરેમાંથી કોહીમાં બળેલા વાયુઓને પ્રવાહીઓ સાથે બેળા દેઇને મૂત્ર સાથે કાઢી નાખવાનો પ્રયત્ન “કિડની” એટલે ગુરદા કે મૂત્રપિંડ હમેશાં કર્યા કરે છે, અને પ્રસ્વેદ નલિકાઓ પણ પરસેવા રૂપે તેમને કાઢી નાંખે છે. આ રીતે જોતાં પેશાબ અને પરસેવો લગભગ એકજ જાતનું કામ કરે છે, અને તેમની ઉત્પત્તિ પણ એકજ સ્ત્રાવ મલિન વિજ્ઞાતીય પદાર્થોમાંથી હોય છે. મૂત્રપિંડમાંથી ટીપે ટીપે આવતા મૂત્રથી મૂત્રાશયની કોથળા (Bladder) પુરતા પ્રમાણમાં ભરાય છે એટલે પેશાબ કરવાની હાજત આપણને થાય છે, અને શરીરને ગંભીર નુકશાનો થતાં અટકાવવા ઇચ્છતાં હોય તેવાં મનુષ્યોએ પેશાબની હાજતને જરાએ વાર રોકવી નહિ જોઇએ. આ બાબત તરફ એકરકારી કરવી મુદ્દલ પાસવે તેમ નથી. દુર્ભાગ્યે ખોટી શરમ અને હાલના આપણા રિવાજો આ પ્રમાણે વર્તવામાં કેટલાક પ્રમાણમાં અંતરાય રૂપ નિવડે છે, જેને પરિણામે જલ્દી નીકળી જવાં જોઇતાં ઝેરી તત્વો મૂત્રાશય અને મૂત્રપિંડમાં લાંબો વખત ગોંધાઇ રહે છે, જાડા અને પેશાબની હાજતોને દબાવવાથી થતાં ગંભીર નુકશાનો બાળકોને સ્પષ્ટ રીતે સમજાવવાની અગત્ય તરફ માળાપો અને શિક્ષકોનું જેટલું વધારે ધ્યાન ખેંચાય તેટલું સાફ છે. બાળકોનાં શરીરમાં પદાર્થોનું સ્વરૂપાન્તર કે ફેરફારો બહુજ ઝડપથી થતાં હોય છે, તેથી તેઓના શરીરમાં જાડા પેશાબના રોકાણથી ભવિષ્યમાં ગંભીર પરિણામો પેદા થાય છે. બીજા સર્વ પ્રકારના મળની માફક પેશાબને પણ જલ્દી કાઢી નાંખવામાં ન આવે તો મૂત્રાશયની અંદર તેમાં વધુ કોહોવારો અને નુકશાનકારક ફેરફાર (Fermentation and decomposition) થાય છે, અને તેથી તેની અંદરના પેશાબનો કેટલોક ભાગ વાયુનું રૂપ ધારણ કરે છે, અને બાકી રહેલા પેશાબમાં ક્ષારોનું પ્રમાણ વધતું જાય છે. હવે એ જાણીતી વાત છે કે પાણીના અમુક જથ્થાને સમાવાને જેટલી જગા જોઇએ છીએ તેના કરતાં તેટલાજ પાણીની વરાળ સોળસેં કે સત્તરસો ગણી જગા રોકે છે. આ રીતે મૂત્રાશયની અંદરના વાયુઓના દબાણને લીધે મૂત્રપિંડમાં તૈયાર થતો પેશાબ મૂત્રાશયમાં આવી શકતો નથી પણ મૂત્રપિંડમાંજ ભરાઇ રહે છે અને લાં ‘ફરમેન્ટ’ થવા અને કોહોવા લાગે છે. પેશાબ અગર દસ્તની હાજત તરફ જલ્દી ધ્યાન આપવામાં જો આવતું નથી તો પછી શ્લેષ્મીવાર તે જતી રહે છે, અને આપણી મરજી મુજબ તરત પછી અવધી નથી. પણ આવી સ્થિતિમાં ભરાઇ રહેલા પેશાબ કે મૂત્રનું શું થતું હશે ? મૂત્રાશયમાં તો તે ઓછું થતું છે તેથી શરીરમાં બીજા કોઇ રસ્તે તે દાખલ

થએલું હોવું જોઈએ. આપણે અગાઉ જોઈ ગયા તેમ મૂત્રનો કેટલોક ભાગ ગરમી અને કોહોવારાને લીધે વાયુરૂપ બની લોહીની મારફત આખા શરીરમાં ફરવા લાગે છે. આંતરડાંમાં બરાબ રહેલા મળની બાબતમાં પણ તેમજ બને છે. મૂત્રાશયની અંદરથી કેટલુંક મૂત્ર વરાળ રૂપે ઉડી જાય છે, ત્યારે તેમાંના ક્ષારના પીળા રંગના ઝીણા કણ મૂત્રાશય અને મૂત્રપિંડમાં બંધાય છે જે ઘણીવાર તો અનુકૂળતા મળતાં પાછળથી બહાર નીકળી જાય છે. આવા પેશાબના ક્ષારના કણને બસે ગણા મોટા દેખાડે તેવા એક સૂક્ષ્મદર્શક યંત્રવડે જોવામાં આવે તો તે દરેક કણ પાસાદાર અને પીળા રંગનો દેખાય છે પરંતુ ઘણા કણ એકઠા હોય ત્યારે રાતા રંગના જણાય છે. મળપૂર્ણ અને નિર્બળ બનેલા મૂત્રાશયમાં જ્યારે ઉપર કહેલી રીતે ક્ષારના કણ બંધાઈને જલદી નીકળી જવા પામતા નથી ત્યારે

**મૂત્રાશ્મરિ કે પેશાબની પથરીના રોગ થાય છે.** જેના ઉપચાર થોડા આગળ વર્ણવવામાં આવશે. પેશાબની પથરી ફક્ત જ્યારે બહુ બગડેલી હાલતમાં શરીર હોય ત્યારેજ અથવા તો બહુ અસ્વાભાવિક અને ખામીવાળો ખોરાક ખાવામાં આવતો હોય ત્યારેજ થાય છે. પાણીના ઉનામણા અથવા મીઠોનાં બાંધણીમાં બહુ ગરમીને લીધે અને મેલા પાણીને લીધે જેમ ખાર (Scale or incrustation) નાં પડ બાંધે છે તેમ પેશાબની પથરી પણ બંધાય છે. જે ઉનામણા કે બાંધણીમાં મીઠું પાણી ઉકાળવામાં આવતું હોય તો ખારા પાણીના કરતાં ઘણા ઓછો ખાર બાંધે છે, તેજ પ્રમાણે પીવા ખાવાના પદાર્થોમાં ખનીજ ક્ષારો જેમ ઓછા ઉમેરેલા હોય તેમ પથરી બંધાવાના સંભવ ઓછા રહે છે. મૂત્રપિંડમાં બરાબ રહેલું મૂત્ર આસપાસની શરીરની ગરમીને લીધે ઉડી જવા લાગે છે, અને પાછળ રહેતા ક્ષારના કણ કે સ્ફટિકો (Crystals) એકત્ર થઈ બંધાઈ જાય છે. જ્યાં સુધી તેમનું કદ નાનું હોય છે ત્યાં સુધી મૂત્રની સાથે ધસડાઈને મૂત્રનલિકા (Ureters=યુરેટર્સ) ની વાટે તે મૂત્રાશયમાં પહોંચે છે અને ત્યાં સુધી કાંઈ પીડા કરતા નથી; પરંતુ જ્યારે તે મોટા થયેલા હોય છે ત્યારે મૂત્રનલિકામાંથી તે સહેલાઈથી પસાર થઈ શકતા નથી પણ મૂત્રની સાથે પસાર થવા જતાં વારે ઘડીએ બરાબ રહી વેદના ઉત્પન્ન કરે છે જેને મૂત્રપિંડનું શળ (Nephritic Colic) કહેવામાં આવે છે. મૂત્રના ક્ષારમાંથી બંધાયેલા કણ કે સ્ફટિકો (ક્રીસ્ટલ્સ) ના ખુણા અણીદાર હોય છે જેને લીધે મૂત્રનલિકાઓના નાળુક શ્લેષ્મપડને હાનિ પહોંચે છે અને તે છોલાય છે. મૂત્રાશયમાં પણ આવીજ ક્રિયા બને છે. એટલે કે મૂત્રકૃચ્છ આદિ વ્યાધિઓને લીધે (અર્થાત્ પેટમાં વિજ્ઞતીય દ્રવ્યોનો બહુ ભરાવો થવાને લીધે) મૂત્રમાર્ગ સાંકડો થઈ ગયો હોય છે તો મૂત્રપિંડમાંથી આવેલા ક્ષારના મોટા કણ (પથરીઓ) પેશાબ સાથે મૂત્રાશયમાંથી બહાર નીકળી જઈ શકતા નથી, પણ તેમાં બીજા નવા નવા ક્ષારના કણ આવી આવીને ઉમેરાતા જઈ મોટી પથરી બંધાય છે. આવી મૂત્રાશ્મરિ કે પેશાબની પથરી મૂત્રાશયમાં વારંવાર આવે તેમ ગળડે છે તેથી તેના ખુણાઓ અણીદાર મટી જઈ તે ગોળાકાર બને છે, છતાં તેને બહાર કાઢી બાગીએ તો હમેશાં તે પાસાદાર કણ કે સ્ફટિકો (ક્રીસ્ટલ્સ) ની બનેલી જણાય છે.

જ્યારે જ્યારે પેશાબ શરીરની અંદર બરાબ રહે ત્યારે ત્યારે હમેશાં પથરી બંધાય જ એમ કાંઈ નિયમ નથી. કારણ કે કેટલીક વાર એમ પણ બને છે કે મૂત્ર એવી જાતનું હોય કે તે બધાનું રૂપાંતર થઈ વિજ્ઞતીય મળરૂપે તે શરીરમાં ગમે ત્યાં જઈ દરે છે.

આવી રીતે જાત જાતના રોગો પેદા થઈ શકે છે. દાખલા તરીકે, ફેફસાંના રોગો સંબંધીના આગલા પ્રકરણમાં વર્ણવેલ ગ્રંથિકો ( Nodules ) પણ આવી રીતે પેદા થઈ શકે છે. ડૉક્ટર કુહને લખે છે કે કેટલાંક વર્ષપર એક છોકરો મારી સારવાર નીચે હતો જેના આખા શરીરપર વટાણા જેવડી જેવડી ગ્રંથિકો બધે પથરાઈ ગઈ હતી. આ વિચિત્ર વ્યાધિનો આરંભ એવી રીતે થયેલો કે એક વખત શરદીની અસરને લીધે કેટલાએ દિવસ સુધી આ છોકરો પેશાબ કરી શક્યો નહોતો. આ દરદીને મારી પાસે લાવવામાં આવ્યો ત્યારે તેનાં સગાંને મેં સમજાવીને કહ્યું કે જો પેશાબનો મળ શરીરમાં ભરાઈ રહેવાથી આ ગ્રંથિકો થઈ હશે તો તો જોખમચારથી તે તુરત જતી રહેશે, અને પેશાબરૂપે શરીરની બહાર નીકળી જશે. આ વાત તેમને ગળે ઉતરવાથી મારા ઉપચાર તેમણે શરૂ કર્યા જેથી થોડાક દિવસ પછી દરદીને બહુજ વધારે પેશાબ થવા લાગ્યો, અને તેમ થવું કેટલાક દિવસ સુધી ચાલુ રહ્યું. અને છેવટે આખા શરીરપરની બધી ગાંઠો એકાએક જતી રહેલી જેમાં દરદીની માને ધણેજ અચંપો લાગ્યો. આ ‘કેસ’માં મૂત્રના રૂપાંતરથી બનેલ વિજ્ઞાતીય મળની ગ્રંથિકો, શરીરમાં પુરતી જીવનશક્તિ હોવાથી યોગ્ય ઉપચાર વડે પુનઃ ઝોગણી જઈને પેશાબરૂપે બહાર નીકળી ગઈ હતી.

**અતિસાર અને બંધકોશ** પણ અગાઉ જણાવી ગયા છીએ તે પ્રમાણે માત્ર એક જ કારણથી, એટલે કે વિજ્ઞાતીય મળનો શરીરમાં ભરાવ થવાથીજ પેદા થાય છે. પેશાબની બાબતમાં પણ તેમજ સમજવું, ફેર માત્ર આટલોજ કે શરીરમાંના વિજ્ઞાતીય દ્રવ્યને લીધે જે અંતરાય નડે છે તે સીધી રીતે નહિ પણ આડકતરી રીતે જણાય છે, એટલે કે આમડીના અસ્વાભાવિક રંગ, બહુજ રતાશ, કપવા કે બહુજ ચેળ અને બળતરા થાય તેવી ફાલીઓ, માથાનો દુઃખાવો, ગાંઠો, પથરીઓ વગેરે વડે પ્રકટ થાય છે. ટુંકામાં બીજા રોગોની આરંભદશા આપણે અહિં અવલોકીએ છીએ.

**મધુ પ્રમેહ-મીઠી પેશાબનો વ્યાધિ,** એ પણ જો કે રક્તાતિસાર કે મરડાને મળતોજ રોગ છે, ( જો કે વિજ્ઞાતીય પદાર્થોને બહાર નીકળવાના માર્ગ જુદા છે ), તો પણ સીધી પ્રત્યક્ષ રીતે તે પ્રકટ થાય છે. શરીરની અંદરની વધારે પડતી ગરમીને લીધે મધુ પ્રમેહવાળા દરદીને હદ ઉપરાંત તરસ લાગે છે, અને તેજ ગરમીના કારણથી શરીરની અંદર જે સોજા જેવી સ્થિતિ ઉત્પન્ન થાય છે તેને લીધે આ કેસમાં બંધકોશ અગર પથરી કે ગાંઠો પેદા થતાં નથી, પણ હદ કરતાં વધારે ઝડપથી પદાર્થો શરીરમાંથી પસાર થઈ જવા લાગે છે, અને સાથે સાથે શરીરના રસો વિચ્છિન્ન થઈ જાય છે કે સડવા લાગે છે. આથી કરીને શરીરમાંથી બહાર પડતો પેશાબ રોગી, સડા કે ઉભરાણવાળો અને મીઠા-શવાળો હોય છે. પેશાબની પથરીનો રોગ અને આ મધુ પ્રમેહનો વ્યાધિ એ બન્નેનાં લક્ષણો જો કે જુદાં હોય છે તો પણ તેમનાં મૂળ કારણોનો વિચાર કરતાં તે વસ્તુતઃ એકજ છે. આ દરદીથી પીડાતા દરદીઓને ડૉક્ટર કુહનેનાં બતાવેલાં સ્નાન બહુજ લાભ કરે છે; તેવાં સ્નાનથી શરીરની અંદરની વધારે પડતી ગરમી ઝાડી થાય છે, અને તે રીતે હદ ઉપરાંતની તૃષ્ણા પણ મટે છે.

પેશાબની પથરી ( મૂત્રાખરિ ) અને મધુપ્રમેહ એ બન્ને રોગોનાં કારણો દૂર થઈ શકે તેવા એકજ પ્રકારના કુહનેના ઉપચારોથી તે દરદો મટાડવામાં આવ્યાં છે. આ ઉપા-



થોડી મોટી પથરીઓ વિખરાઇ જઇ તેના નાના નાના કણ બની જાય છે જે સાધારણ રીતે પેસાબની સાથે બહાર નીકળી જાય છે. પથરીના દરદીઓને આ ઉપાયો કરતી વખતે આશ્ચર્ય ઉપજે તેટલો બધો વધારે પેસાબ થવા લાગે છે. દરદીઓ આશ્ચર્યથી પુછે છે કે આટલો બધો પેસાબ ક્યાંથી આવતો હશે, જો કે ઉપર કરવામાં આવેલા વિવેચનથી આ વાત તદ્દન સ્પષ્ટ રીતે સમજી શકાય છે. એટલે કે, પૂર્વે જે મૂત્ર વાયુ કે વરાળરૂપે હોય જઇને શરીરમાં જ્યાં ત્યાં વિજ્ઞતીય દ્રવ્ય તરીકે જઇ ઈર્ધ્ય હોય છે તેને થોડા ઉપચારથી ફરી પોતાના મૂળ માર્ગ પર લાવીને મૂત્રરૂપે બહાર કાઢી નાંખવામાં આવે છે. કેટલાક એવાં દરદીઓ અમારા અનુભવમાં આવ્યા છે કે જેઓને ખુલાસીને પેસાબ શક્તિ કુદ-નેનાં બતાવેલાં સ્નાન લેતી વખતે જ થતો. આ ઉપાયોથી રોગનું કારણ જેમ જેમ દૂર થતું ગયું તેમ તેમ ધીમે ધીમે પેસાબના અવયવો પોતાની મૂળ સ્વાભાવિક નીરોગ સ્થિ-તિમાં આવી ગયા હતા.

મરહુમ જર્મેન શહેનશાહ પહેલા વિલીયમના દાખલા ઉપરથી આપણે જોઇ શકીએ છીએ કે, પથરીના દરદવાળાઓ પણ લાંબી જીંદગી ગુજરી શકે છે, કારણ કે શહેનશાહ વિલીયમના મૃત્તાશયમાં એક મોટી પથરી બંધાયેલી લાંબા વખતથી હતી છતાં તેઓ તેવું વર્ષનું લાંબુ આયુષ્ય ભોગવી શક્યા હતા. આનું કારણ એ હતું કે તેમના શરીરમાં વિજ્ઞ-તીય મળસંચય એવી જગાએ જામેલો હતો કે બહુ નુકશાન કરે નહિ. પરંતુ તેમના પુત્ર શહેનશાહ ફ્રેડેરિકના દાખલામાં તેજ દરદ બહુ વહેલું અને વધારે સખત રૂપમાં પેદા થઇ આવ્યું હતું.

સિકતા મેહ કે “યુરીમીઆ” (Uræmia), નામના રોગમાં લોહીમાં અને આખા શરીરમાં “યુરીયા” નામનો ક્ષાર બહુ પ્રમાણમાં જોવામાં આવે છે, અને તે સાથે સાથે મૂત્રાશયનાં દરદો કે મૂત્રાખરિની પીડા પણ જોવામાં આવે છે. ડૉક્ટર કુહનેના શોધી કહાડેલા મુખ પરીક્ષાશાસ્ત્રમાં કુશળ એવા મનુષ્ય તો આ દરદ શરૂ થતું હોય, અને જે વખતે દરદીને પોતાનેજ કાંઈ ખબર ન હોય તે વખતે પણ તેને પકડી કે પારખી કહાડે છે. લોહીમાંથી અને આખા શરીરમાંથી “યુરીયા” ક્ષાર જેવાં વિજ્ઞતીય દ્રવ્યોને કાઢી નાંખવાનો અકસીર અને શીઘ્રવર્તિ એવો જોગોપચાર જેવો ખીજે એકે ધલાજ નથી.

મૂતરણી, હસ્તિમેહ (Enuresis, Bed-wetting) નામના રોગો કે જેમાં પેસાબનો બંધ ખરાબર હોતો નથી, અને તેથી રાત્રે ઉંઘમાં પથારીમાં પેસાબ થઇ જાય છે અગર તો દિવસે પણ ટપક્યા કરે છે. અષીલા (પ્રોસ્ટેટ ગ્લેન્ડ)ના વધવાથી, સર્વોચ્ચ અશક્તિથી, પેટમાં દોરા જેવા કરમીયા પડવાથી, કબજીયતથી, મૂત્રાશયના વરમથી, અને ચોરીયા વધવાથી આ દરદ થતું જોવામાં આવે છે. પરંતુ આ બધાંનું એ મૂળ કારણ શરીરમાં વિજ્ઞતીય દ્રવ્યોનો, ખાસ કરીને પેટમાં, સંચય થવો એજ છે. આવાં દરદમાં મૂત્રાશયમાં ધણીવાર છિદ્ર પડે છે, જેમાં થઇને મૂત્ર ટપક્યા કરે છે. આવી હાલત થવાનું કારણ ધણીવાર એ હોય છે કે પૂર્વે થયેલા રોગોને ઝેરી દવાઓના જોરથી પાછા હડસેલી દેવામાં આવ્યા હોય છે. આ રોગ તેમજ

આંતરડાનું લગાંદર એ બન્ને ડૉક્ટર કુહનેના જોગોપચારથી મૂળમાંથી મટી જાય છે, અને વખત પણ પ્રમાણમાં થોડો લે છે. ડૉ. કુહને કહે છે કે માસ આઠ

ખણીયાર થોડાક દિવસ કે અઠવાડિયામાં તદ્દન સાળ થઇ ગયા હતા. પરંતુ જે ધિ જીર્ણ બની ગયો હોય, અગર તો ઝેરી દવાઓથી જીવનશક્તિ ધટી ગઇ હોય ખારે વખતની જરૂર પડે છે.

**મૂત્રાકસાદ, મૂત્રાશયનો વરમ કે શ્લેષ્મવિકાર**—એ પણ મૂત્રાશયના ભાવિ રોગોની શરૂઆતની દશા હોય છે, અને તેમાંથી પથરી બંધાય છે અથવા તો તે વધતાં બીજી ગંભીર પીડાઓ ઉભી થાય છે. આ દરદમાં મૂત્રાશય અને મૂત્રમાર્ગમાં જે આવવાથી પેશાબ કરતી વખતે પીડા થાય છે. બીજાં દરદોની માફક આ રોગનું પણ પણ મળસંચયને લીધે અંદરની ગરમીનું અતિશય વધી જવું એજ હોવાથી તેનો માં સારો ઉપાય ડૉક્ટર કુહનેનો જોગોપચારજ છે.

આ સંબંધમાં ડૉક્ટર કુહને પોતાના અનુભવનો એક દાખલો આ પ્રમાણે લખે છે. કમગ એક પખવાડિયાથી જેને મૂત્રાશયનો શ્લેષ્મવિકાર થયેલો હતો તેવા એક દરદીને સવા માટે મારે જવું પડ્યું. અછીલા અથવા “ગ્રોસ્ટેટ ગ્રૅડ” એટલી બધી સુજી ગઇ તી કે પેશાબ કરતાં ધણીજ વેદના વેઠવી પડતી હતી. તેમજ વધારામાં વળી દર દશ નિંદે મૂત્રાશયમાં આંચકી કે ખેંચારા બહુજ જોરમાં થઇ આવતા હતા. દિવસે દિવસે બની પીડા વધતી જવાથી ચૌદમા દિવસની સાંજે દાકતરે સળી મૂકી પેશાબ કરાવવા થયું, પરંતુ અછીલા વજેરેના સોજાથી મૂત્રમાર્ગ એટલો તો સાંકડો બની ગયો હતો કે કરવું અશક્ય હતું. છેવટે દાકતરે દરદીને “કલ્કારોફોર્મ” સુંઘાડી બેભાન કરી સળી પેશાબ કરાવવા ધાર્યું. પરંતુ દરદીને તે વાત પસંદ નહિ પડવાથી તેજ રાત્રે બોલાવવામાં આવ્યો. “ઉપરશમાર્જન અને ધર્ષણ સ્નાન” પહેલીજ વાર આપવાથી દશ દશ મિનિટે આવતી હતી તે મૂત્રાશયની આંચકી બંધ પડી; એટલુંજ નહિ પણ કલાક સુધી આ સ્નાન લીધા પછી તો દરદી વના પીડાએ પેશાબ કરી શક્યો. આ ન પોણા કલાક સુધી ચાલુ રાખ્યા પછી દરદીને પથારીમાં લેઇ જવામાં આવ્યો. ત્યાં દરદીને ખૂબ પરસેવો છુટ્યો, અને પછી મોટા જત્યામાં પેશાબ વિના હરકતે થવા ગ્યો. આ રીતે થોડાક દિવસમાં આ દરદીનો મૂત્રાશયનો શ્લેષ્મવિકાર તદ્દન મટી ગયો.

**ચક્રત (લીવર) નાં દરદો, પિત્તની પથરી, પિત્તપાન્ડુ**—વજેરે ખાસ કરીને રોજ થાય છે કે જ્યારે શરીરના જમણા અંગ તરફ વિજાતીય દ્રવ્યનો સંચય જમ્યો વ. ચક્રત અથવા લીવરની અંદર પિત્ત નામનો એક પદાર્થ તૈયાર થાય છે, અને પિત્તાશય (Gall-bladder) માં એકઠો થઇ પછી નાનાં આંતરડાં હોજરી સાથે જોડાય છે તે ગમાં આવીને થોડા સમયે રેડાય છે, જેથી પચનક્રિયામાં સહાયતા મળે છે એટલુંજ કે પણ ખોરાક કોહી જતો અટકે છે. જ્યારે જ્યારે શરીરની જમણી બાજુએ મળસંચય ને ચક્રતમાં પિત્ત બંધવાની ક્રિયામાં અંતરાય નડે છે ત્યારે ત્યારે તદ્દન જુદાજ જત્યામાં સેવો શરીરમાંથી નિકળવા લાગે છે, પરંતુ જે ડાબી બાજુએ મળસંચય હોય છે તો બનતું નથી. મળ સંચયના સ્થાન કે સ્વરૂપના બેદે કરીને પિત્તાખરિ (પિત્તની પથરી), મું બહુ કઠણ બની જવું, છત્યાદિ રોગો થાય છે. આવા બધા દરદીઓને જીજ, ધણી-જીર્ણ, ગંધાતા પરસેવાનું, અને ખાસ કરીને પગનાં તળીયાં હમેશાં પરસેવાથી બીનાં સું, દરદ હોય છે. શરીરની બહાર નીકળી જવાને બદલે લોહી સાથે શરીરમાં બધે આવા પિત્તમાંથી પાણીનો ભાગ ઉડી જવાથી, તેમાં વિકારી ફેરફાર કે કહોવાજી ૧, અથવા તો તે વિચિત્ર થઇ જવાથી આમડીનો રંગ સ્પષ્ટ રીતે દેખાઈ આવે તેવી

કાળાશ પકડે છે, જેને “ યકૃતના ડાઘા ” ( Liver-spots ) કહેવામાં આવે છે, એ ચોખ્ખા ઉપાયના અભાવે આગળ જતાં તેમાંથી પિત્ત પાન્ડુનો ગંભીર વ્યાધિ પેદા થાય જોગોપચાર વડે આ દરદો પણ બહુ આશ્ચર્યકારક ત્વરાથી મટી જાય છે એવો ડૉક્ટર પોતાનો અનુભવ પ્રકટ કરે છે. અને તેવી રીતે સાબળ થનારા દરદીઓના આભારદર્શક પત્રો પણ તેમણે પોતાના પુસ્તકને છેડે છાપેલા છે.

**પગે ખૂબ પરસેવો વળવો.**—ઉપરના વિવેચન ઉપરથી જોઇ શકાશે કે યકૃત બિગાડને લીધેજ આ હરકત ઉભી થાય છે. આ કારણથી શરીરની જમણી બાજુએ એ સંચય થવા લાગે ત્યારથી, એટલે વર્ષો અગાઉથી, પગનો પરસેવો તે વાતની આગાહી ચેતવણી આપણને આપે છે. પરંતુ જ્યારે યકૃત અને પિત્તાશયનાં દરદો જ્યારે બહુજ વ જાય ત્યારે પરસેવો નિકળવો ધણું કરી બંધ પડે છે. આમ બન્યા પછી મક્કમપણે દરદી તપીયત બગડી જાય છે, કારણ કે દુર્ગંધ મારતો, કાઢતો મલીન પ્રસ્વેદ શરીરની અંદર ભરાઈ રહીને બીજા વધારે ખરાબ રોગો, જેવા કે દુખવા, ખરબલાં, પાઠાં, વિદ્રધી ઇત્યાદિ જન્મ આપે છે, જેને મટાડવાનું કામ વધારે મુશ્કેલ અને વધારે વખત લેનારું નિવે છે. કોમીક એસીડ જેવી દવાઓ વડે પગે થતા અતિ પ્રસ્વેદને જોરથી દબાવી દેવું પરિણામે દરદીજ તંદુરસ્તીને ઘણી હાનિ પહોંચે છે. પરંતુ સાધારણ રીતે દવાના ઉપાય થતી આવી હાનિ બહુ કાળ સુધી, કહો કે વર્ષો સુધી પણ કદાચ જોવામાં આવતી ન પરંતુ છેવટે કોઈ બહુજ ગંભીર વ્યાધિ રૂપે તે અવશ્ય પ્રકટ થાય છે, એક બહુ મો શહેરની સૌથી મુખ્ય અને મોટી ગટરના મુખ આગળ ઘણી દુર્ગંધ મારતી હોય તે ગટરનું મોં મુદલજ બંધ કરી દેવું એ જેટલું મૂર્ખાઈ ભરેલું છે તેટલુંજ દવાઓ વડે પગ પરસેવો બંધ કરવાનું કામ અવિચારી છે. ખરી વાત છે કે આમ કરવાથી ગટરના આગળની દુર્ગંધ અને હરકત દૂર થઈ જાય છે, પરંતુ તેજ વખતે શહેરમાં જ્યાં મહામારીઓને જન્મ આપનારી દુર્ગંધ અને ગંદકી ભરાઈ રહીને શહેરનું એકંદર અત્યંત બગાડે છે. શરીરની બાબતમાં પણ તેમજ સમજવું.

આવાં ગંભીર પરિણામથી અજ્ઞાન હોવાને લીધે, અને દવાના હિમાયતી ડૉક્ટરો મતથી દોરવાઈ જઈને ઘણા દેશની સરકારો પોતાના સોદ્ગરોને પગે થતો પરસેવો મટાડવા માટે કોમીક અને સેલીસીલીક એસીડ જેવી દવાઓ વાપરતા રહેવાની ભલામણ કરે છે. તેથી ડૉક્ટર કુહને આવા વર્તનથી થતાં નુકશાનો વિષે ગંભીર ચેતવણી સર્વેને આપે છે. કુહનેનાં બતાવેલાં વિવિધ સ્નાનો લેવાથી શરીરમાંથી મલિન પદાર્થો નિકળી જઈ પગ તથા હથેળીના ગંધાતા પરસેવાનું કારણ દૂર થવાથી તે હરકતો મટી જાય છે.

**કફા અથવા કખવા અને ત્વચાનાં અન્ય દરદો.**—બહુ વારે ઘડીએ થઈ આ આ દરદોનો બહારનો દેખાવ કે સ્થાન ગમે તેટલાં જુદાં જણાતાં હોય તોપણ તે સર્વેનું કારણ અગાઉ જણાવ્યા પ્રમાણે એકજ હોય છે. ડૉક્ટર કુહને કહે છે કે મેં આવાં દરદો વાળા અસંખ્ય દરદીઓને જોગોપચારના એક સરખા ઉપાયોથીજ સાબળ કર્યા છે, અને રીતે અગાઉ કહેલી વાતને વધારેની સાબીતી મળે છે કે પગ, હાથ, કે શરીરના પરસેવો દબાવી દેનારી દવાઓનો ઉપયોગ કરવાથી આમડીનાં વધારે ગંભીર દરદો પેદા થાય છે. કારણથી આવાં દરદો તે બીજાં સાદાં દરદોનાં જીર્ણ સ્વરૂપો હોવાનું સાબીત થાય છે, તેથી તેમને ખરેખર નિર્મૂળ કરવા માટે કુહનેના ઉપચારો ખૂબ ખતથી અને ધીર વધારે લાંબો વખત બરાબર કરવાની જરૂર પડે છે.

